1920

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

Факультет педагогики, психологии и физической культуры

Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»
_____ А.А. Евдокимов
«15» _____ 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

Направление подготовки	44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Физическая культура, Основы безопасности жизнедеятельности
Форма обучения	очная
Квалификация	бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C7D81F155464E2952C62D138F9B3B449
Владелец: Хагуров Темыр Айтечевич
Действителен: с 13.10.2023 до 05.01.2025

Краснодар 2020

Рабочая программа дисциплины Лечебная физическая культура и массаж составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 125, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50358.

Программу составил:

А. П. Шкляренко, д-р биол. наук, профессор

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры ППП и ФК
протокол № 11 от 4 июня 2020 г.

Заведующий кафедрой ППП и ФК Лукьяненко М. А.

Рабочая программа дисциплины Лечебная физическая культура и массаж утверждена на заседании кафедры ППП и ФК
протокол № 11 от 4 июня 2020 г.

Заведующий кафедрой ППП и ФК Лукьяненко М. А.

Утверждена на заседании учебно-методического совета филиала
Протокол № 8 от 10 июня 2020 г.

Председатель УМС филиала Поздняков С. А.

Рецензенты:

Кириллова Татьяна Яковлевна ,
директор МБОУ СОШ № 3, им. полководца
А.В. Суворова г. Славянска-на-Кубани

Катаева Нина Вениаминовна ,
директор МБОУ СОШ № 5, им. В.Ф. Маргелова
г. Славянска-на-Кубани

Оглавление

1 Цели и задачи изучения дисциплины……...4
1.1 Цель освоения дисциплины……4
1.2 Задачи дисциплины……4
1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы……...4
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы……4
2. Структура и содержание дисциплины……5
2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ……5
2.2 Структура дисциплины……...6
2.3 Содержание разделов дисциплины……7
2.3.1 Занятия лекционного типа……...7
2.3.2 Занятия практического типа……9
2.3.3 Лабораторные занятия……12
2.3.4 Примерная тематика курсовых работ……...15
2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине……15
3. Образовательные технологии……15
3.1.Образовательные технологии при проведении лекций……16
3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий……17
3.3. Образовательные технологии при проведении лабораторных занятий ……17
4. Оценочные и методические материалы……18
4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации……18
4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций……45
5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины……..47
5.1 Основная литература……47
5.2 Дополнительная литература……48
5.3. Периодические издания……...48
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)……48
7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)……50
7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий……50
7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения50
7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем……50
8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)……52

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является формирование компетенций ПК- 1 (Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий) на основе формируемой системы знаний, умений, навыков в области основ педагогики, физической культуры и спорта.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» направлена на формирование у студентов следующих компетенции:

ПК-1 – Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий.

В соответствии с этим ставятся следующие задачи дисциплины, направленные на формирование и овладением видами деятельности, которые являются необходимой основой для успешной последующей деятельности в качестве бакалавра:

1. Дать знания о механизме действия физических упражнений и массажа в лечебных целях, использование средств, форм и методов их применения;
2. Обучить методам оценки функционального состояния организма, выбора лечебно-оздоровительного комплекса и дозированию физических нагрузок на занятиях лечебной физической культурой и массажа;
3. Содействовать самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых профессиональных компетенций умения использовать на практике базовые знания и методы анализа.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к вариативной части Блока 2 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные входе изучения следующих дисциплин: «Анатомия», «Физиология человека».

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» призвана заложить основы и послужить теоретической базой для дальнейшего получения глубоких знаний по следующим предметам, таких как «Спортивная медицина», «Биологические основы оздоровления образовательного пространства».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся профессиональныхкомпетенций (ПК)

<table>
<tr><th>Код и наименование индикатора*достижения компетенции</th><th>Результаты обучения по дисциплине
(знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности))</th></tr>
<tr><td colspan="2">ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий</td></tr>
<tr><td>ИПК 1.1 Использует в процессе обучения физической культуре современные методики ЛФК.</td><td rowspan="3">Знает средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся.
Умеет создавать устойчивую мотивацию на</td></tr>
<tr><td>ИПК 1.2 Реализует оздоровительную деятельность на основе современных образовательных технологий.</td></tr>
<tr><td>ИПК 3.2 Организует различные виды внеурочной деятельности,</td></tr>
</table>

Код и наименование индикатора*достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине *(знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности))*
направленные на развитие и поддержание познавательного интереса учащихся к здоровому образу жизни.	здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и подростков, обучающихся в образовательных учреждениях. Владеет организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; методами и средствами оздоровительного массажа.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач.ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

(для студентов ОФО).

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры (часы)
			6
Контактная работа, в том числе:			
Аудиторные занятия (всего):		**58**	**58**
Занятия лекционного типа		28	28
Лабораторные занятия			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		30	30
Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3
Самостоятельная работа, в том числе:			
Курсовая работа (подготовка и написание)			
Проработка учебного (теоретического) материала		26	26
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		20	20
Реферат			
Подготовка к текущему контролю			
Контроль:			
Подготовка к экзамену		35,7	35,7
Общая трудоемкость	**час.**	**144**	**144**
	в том числе контактная работа	**62,3**	**62,3**
	зач. ед	**4**	**4**

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 6 семестре *(очная форма)*

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов				
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа	КСР, ИКР, контроль
			Л	ПЗ	ЛР	СР	-
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	8	2	2	-	4	-
2	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК.	10	4	2	-	4	-
3	Приемы и техника массажа. Методика массажа.	14	4	6	-	4	-
4	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический, самомассаж.	12	2	6		4	-
5	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа	10	4	2	-	4	-
6	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	8	2	2	-	4	-
7	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2	-	-	4	-
8	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания	10	2	4		4	-
9	Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболеваниях суставов	6	2	-	-	4	-
10	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы	6	2	-	-	4	
11	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков	14	2	6		6	
ИТОГО по разделам дисциплины		**104**	**28**	**30**	**-**	**46**	**-**

Контроль самостоятельной работы (КСР)	4	-	-	-	-	4
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3	-	-	-	-	0,3
Подготовка к текущему контролю	-	-	-	-	-	-
Подготовка к экзамену (контроль)	35,7	-	-	-	35,7	-
Общая трудоемкость по дисциплине	**144**	**28**	**30**	**-**	**81,7**	**4,3**

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа.

2.3 Содержание разделов дисциплины

2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	Общая характеристика физических упражнений применяемых в ЛФК. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК. Гимнастические упражнения классифицируются по нескольким основным признакам: анатомическому; по признаку активности; принципу использования гимнастических предметов и снарядов; по видовому признаку и характеру выполнения.	Т
2.	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК.	Особенности осуществления дозировки физической нагрузки в ЛФК. При занятиях физическими упражнениями является важным элементом регулирования нагрузки. При дозировке физической нагрузки большое значение имеет также плотность занятия ЛФК. Включая в занятия дыхательные упражнения и упражнения в расслаблении мышц, чередуя упражнения для различных мышечных групп, можно поддерживать высокую плотность занятия и в то же время не вызывать утомления у занимающихся.	Т, ПР
3.	Приемы и техника массажа. Методика массажа.	Техника и методика выполнения массажных приемов. Наиболее приемлемой следует считать классификацию, согласно которой массажные приемы делят на пять основных групп: поглаживания, растирания, разминания, вибрации и активные и пассивные движения.	Т
4.	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический, самомассаж.	Общий и локальный массаж с приемами поглаживания, растирания, разминания, вибрации, активных и пассивных движений. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого. Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм,	У, ПР

		операций, тяжелых заболеваний. Спортивный массаж—это способ массажного воздействия на организм спортсмена с целью достижения высоких функциональных возможностей и спортивных результатов.	
5.	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.	Показания и противопоказания к применению ЛФК и массажа. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма. Принципы дозирования физических нагрузок на занятиях ЛФК. Основные методы контроля над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.	Т
6.	Лечебная физическая культура и массаж при травмах.	Методика проведения ЛФК при различных двигательных нарушениях. Принципы реабилитации больных с травмами головного мозга. Дозирование нагрузок ЛФК при повреждениях нервной системы.	У,ПР
7.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Профилактическая роль упражнений ЛФК при повышенном риске ишемической болезни сердца. Улучшение кровообращения в органах и тканях под влиянием упражнений ЛФК. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца. Болезни сердечно-сосудистой системы относятся к числу наиболее распространенных и чаще других приводят к инвалидности и смерти. Одной из причин увеличения количества заболеваний сердечно-сосудистой системы является снижение двигательной активности современного человека.	У
8.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания.	Использование ЛФК для улучшения состояния верхних дыхательных путей, проходимости носоглотки, бронхов. Использование ЛФК для нормализации потребления кислорода тканями организма, улучшения функции межреберных мышц и диафрагмы. Использование ЛФК для нормализации диффузионной способности легких, улучшения общего газообмена.	У,Т,ПР
9.	Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболеваниях суставов.	Методика ЛФК при нарушениях углеводного, белкового, жирового, минерального и гормонального обмена веществ у человека. Лечебное влияние физических упражнений при нарушениях обмена веществ осуществляется в основном по механизму трофического действия. Ожирение представляет собой большую и сложную проблему для современной медицины. Основными лечебно-восстановительными мероприятиями при ожирении являются увеличение энергетических.	У,Т
10.	Лечебная физическая	Показания и противопоказания к проведению ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения,	У

	культура и массаж при заболеваниях нервной системы.	полиомиелите, неврозах, миопатии. Методика проведения ЛФК при различных двигательных нарушениях. Дозирование нагрузок ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	
11.	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.	Профилактика нарушений осанки при занятиях физической культурой. Методики ЛФК и массажа для коррекции нарушений осанки у детей и подростков. Клинико-физиологическое обоснование и особенности методики ЛФК при сколиотической болезни.	У

2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	Практическое занятие № 1,2 (4 часа) Тема: Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре. В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Готовность к реализации методик, технологий ЛФК с использованием средств физической культуры и анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих соответствующую деятельность в области физической культуры. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать принципы системного подхода к использованию физических упражнений в ЛФК; -уметь разрабатывать и реализовывать методики, технологии в ЛФК; -владеть теоретическими сведениями и практическими алгоритмами ЛФК. План практического занятия: 1. Проведен анализ средств и методов ЛФК. 2. В процессе опроса проанализированы современные технологии использования физических упражнений в ЛФК. 3. Освоен анализ методов классификации физических упражнений в ЛФК. Лабораторная работа №1,2 (4 часа) Тема: Практическое изучение приемов массажа. Оборудование: массажная кушетка. Организация работы: группа делится по парам. Под контролем преподавателя делают массаж друг другу. Обоснование:	Т, ПР

		В практике массажа принята классификация приемов, предложенная И. 3. Заблудовским и дополненная А. Ф. Вербовым (1941). В классификации выделены четыре основных приема: поглаживание, растирание, разминание, вибрация и их разновидности или вспомогательные приемы, повторяющие основной прием в различных модификациях.	
2.	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК.	Практическое занятие № 3 (2 часа) Тема: Методы оценки физической нагрузки в лечебной физической культуре. В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Способность анализировать результаты научных исследований в области ЛФК в медицинских учреждениях. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных методах обработки информации в ЛФК. -уметь пользоваться научными знаниями для понимания теоретических положений в ЛФК. -владеть теоретическими сведениями и практическими алгоритмами для решения оздоровительных, лечебных и профилактических задач в ЛФК. План практического занятия: 1. Роль методологии в исследовании проблем ЛФК. Связь оздоровительной физической культуры с другими отраслями знаний об оздоровительных технологиях. 2. Теория и практика становления и реализации дидактической системы в ЛФК. 3. Двигательная деятельность как элемент дидактической системы в ЛФК. Практическое занятие №4,5 (4 часа) Тема: Практическое изучение основных видов массажа. Оборудование: массажная кушетка. Организация работы: группа делится по парам. Под контролем преподавателя делают массаж друг другу. Обоснование: К аппаратному массажу относят: вибрационный массаж, гидромассаж, пневмомассаж, ультразвуковой массаж, баромассаж и массаж с помощью ручных устройств и инструментов. Вибрационный массаж осуществляется аппаратами, которые могут оказывать на организм общее и	У, Т, ПР

		местное воздействие. Гидромассаж – это вид массажа, сущность которого состоит в воздействии на организм массажных манипуляция через воду (термическим путем, механическим или химическим – минеральной, хвойной водами и т.п.) Пневмомассаж осуществляют с помощью аппаратов, основанных на принципе создания повышенного или пониженного давления воздуха. Ультразвуковой массаж проводится с помощью звуковой физиотерапевтической аппаратуры, которая включает в себя генератор высокой частоты и пьезоэлектрической преобразователь. Баромассаж осуществляют с помощью аппарата В. А. Кравченко. Нагнетание воздуха в камеру и отсасывание воздуха из нее производится воздушным насосом. Минимальное давление, достигаемое в камере, - 500 мм рт. ст., максимальное – 850 мм рт. ст., температура – не более 40°. Массаж с помощью ручных устройств и инструментов (массажная дорожка, щетки, гимнастическая палка, спортивный массажер, шаровой массажер, коврики для стоп и пр.) имитирует какой-нибудь один из приемов ручного классического массажа.	
3.	Приемы и техника массажа. Методика массажа.	Практическое занятие № 6 (2 часа) Тема: Характеристика основных видов массажа. В результате освоения данного материала у студент будут сформированы следующие компетенции (или части): осуществлять исследовательские задачи в сфере лечебной гимнастики и массажа. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных видов массажа. -уметь применять приемы массажа в практике. -владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в ЛФК и массаже. План практического занятия: 1. Построение и исследование информационных моделей лечебного массажа. 2. Разработка и исследование оздоровительных технологий в области ЛФК и массажа. 3. Современные методы техники массажа. Практическое занятие №7,8 (4 часа) Тема: Практическое проведение ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Оборудование: зал ЛФК. Организация работы: группа делится подгруппы.	Т, ПР

		Под контролем преподавателя проводят занятия в подгруппах. Обоснование: Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания предусматривает применение как общеразвивающих, так и специальных упражнений. Общеразвивающие упражнения улучшают функцию всех органов и систем и оказывают благоприятное воздействие на дыхательный аппарат. Специальные упражнения направлены на: улучшение функции дыхания в покое и при мышечной деятельности; увеличение подвижности грудной клетки и диафрагмы; укрепление дыхательной мускулатуры; растягивание плевральных спаек; очищение дыхательных путей от патологического содержимого (слизи, мокроты, гноя). В методике занятий ЛФК применяются статические (СДУ) и динамические (ДДУ) дыхательные упражнения.	
4.	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.	Практическое занятие № 9 (2час) Тема: Техника и оценка основных видов массажа. В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Готовность к разработке и реализации методик, технологий массажа при различных патологий. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных методах техники массажа. -уметь применять приемы массажа при различных патологиях. -владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по ЛФК. План практического занятия: 1. Техника и методика выполнения массажных приемов. 2. Методические особенности выполнения разминания. 3. Методические рекомендации к выполнению вибрации. Практическое занятие №10, 11 (4 часа) Тема: Практическое проведение занятий ЛФК при нарушениях осанки у детей и подростков. Оборудование: зал ЛФК. Организация работы: группа делится подгруппы. Под контролем преподавателя проводят занятия в подгруппах. Обоснование: Основой лечения нарушений осанки (особенно	У, Т, ПР

		начальной степени) является общая тренировка мышечного корсета ослабленного ребенка, которая должна осуществляться на фоне оптимально организованного лечебно-двигательного режима, составленного с учетом вида нарушений осанки и возраста ребенка. Устранение нарушений осанки представляет собой необходимое условие для первичной и вторичной профилактики ортопедических заболеваний и болезней внутренних органов.	
5.	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический и самомассаж.	Практическое занятие № 12 (2 часа) Тема: Оценка эффективности лечебной физической культуры и массажа. В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Готовность к анализу основных тенденциях в технологиях ЛФК и массажа. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных методах оценки эффективности массажа. -уметь применять математический аппарат для обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа. -владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по изучению современных тенденций в ЛФК. План практического занятия: 1. Общий и локальный массаж с приемами поглаживания, растирания, разминания, вибрации, активных и пассивных движений 2. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого. 3. Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний.	Т, ПР
6.	Лечебная физическая культура и массаж при травмах.	Практическое занятие № 13 (2 часа) Тема: Лечебная физическая культура и массаж при травмах В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Готовность к анализу основных тенденциях в технологиях ЛФК и массажа при травмах. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных методах оценки эффективности массажа при травмах. -уметь применять математический аппарат для	У,Т

		обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа при травмах. -владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по изучению современных тенденций в ЛФК и массажа при травмах. План практического занятия: 1. Методика проведения ЛФК при различных двигательных нарушениях. 2. Принципы реабилитации больных с травмами головного мозга. 3. Дозирование нагрузок ЛФК при повреждениях нервной системы.	
7.	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.	Практическое занятие № 14, 15 (4 часа) Тема: Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков. В результате освоения данного материала у студента будут сформированы следующие компетенции (или части): Готовность к анализу основных тенденциях в технологиях ЛФК и массажа при нарушениях осанки у детей и подростков. В результате выполнения практического задания студент должен: - знать об основных методах оценки эффективности массажа нарушениях осанки у детей и подростков. - знать об основных методах оценки эффективности массажа при нарушениях осанки у детей и подростков. -уметь применять математический аппарат для обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа при нарушениях осанки у детей и подростков. План практического занятия: 1. Использование ЛФК для улучшения состояния опорно-двигательного аппарата. 2. Использование ЛФК для нормализации функций опорно-двигательного аппарата. 3. Использование ЛФК для формирования контроля над осанкой.	У,Т, ПР

Защита лабораторных работ (ЛР), выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР), расчётно-графического задания (РГЗ), написание реферата (Р), эссе (Э), коллоквиума (К), устный опрос (У), тестирование (Т), практическая работа (ПР).

2.3.3 Лабораторные занятия

Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1.	Проработка учебного (теоретического) материала.	Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный ун-т, 2014. – 258 с. : ил. – URL: http//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233
2.	Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций).	Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный ун-т, 2014. – 258 с. : ил. – URL: http//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233
3.	Подготовка к текущему контролю.	Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный ун-т, 2014. – 258 с. : ил. – URL: http//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа,

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа,

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

3. Образовательные технологии

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

3.1.Образовательные технологии при проведении лекций

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4
1.	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	2
2.	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	4
3.	Приемы и техника массажа. Методика массажа.	Просмотр и обсуждение видеофильмов*	4*
4.	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический, самомассаж.	Аудиовизуальная технология, проблемное обучение	2
5.	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.	Аудиовизуальная технология, проблемное изложение	4
6.	Лечебная физическая культура и массаж при травмах.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	2
7.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	2
8.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания.	Аудиовизуальная технология, проблемное изложение	2
9.	Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболеваниях суставов.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	2
10.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы.	Аудиовизуальная технология, технология развития критического мышления	2

11.	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.	Аудиовизуальная технология, лекция – дискуссия *	2*
		Итого по курсу	28
		в том числе интерактивное обучение*	6

3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4
1.	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	Работа в малых группах, проблемное обучение	4
2.	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК.	Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод)*	6*
3.	Приемы и техника массажа. Методика массажа	Опрос по теоретическим вопросам, самопроверка	4
4.	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.	Просмотр и обсуждение видеофильмов*	6
5.	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический и самомассаж.	Коллоквиум*	6
6.	Лечебная физическая культура и массаж при травмах.	Опрос по теоретическим вопросам, самопроверка	2
7.	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.	Опрос по теоретическим вопросам, самопроверка	2
		Итого по курсу	30

3.3 Образовательные технологии при проведении лабораторных занятий

Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

4. Оценочные и методические материалы

4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, доклада-презентации по проблемным вопросам, разноуровневых заданий, ролевой игры, ситуационных задач (указать иное) и **промежуточной аттестации** в форме вопросов и заданий (указать иное) к экзамену (дифференцированному зачету, зачету).

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины*	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	Теоретические основы лечебной физической культуры и массажа.	ПК – 1 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса.	Практическая работа №1–7 Вопросы для устного (письменного) опроса.	Вопросы на экзамен 1–30
2	Практические основы лечебной физической культуры и массажа.	ПК – 1 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса.	Практическая работа №8–15 Вопросы для устного (письменного) опроса.	Вопросы на экзамен 31–61

Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

Код и наименование компетенций	Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания		
	пороговый	**базовый**	**продвинутый**
	Оценка		
	Удовлетворительно /зачтено	Хорошо/зачтено	Отлично /зачтено
ПК – 1 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса.	***Знает*** – основы методики использования физических упражнений и приемы, технику массажа в лечебных целях.	***Знает*** – механизмы регуляции основных функций организма при различных патологических состояниях.	***Знает –*** теоретические и практические основы лечебной физической культуры и массажа при различных патологических состояниях в различные периоды онтогенеза.
	Умеет – составлять комплексы ЛФК при различных заболеваниях.	***Умеет*** – дозировать физическую нагрузку на занятиях ЛФК при различных заболеванях.	***Умеет*** – применять современные научно-обоснованные средства и методы исследования эффективности ЛФК и массажа.
	Владеет – базовыми методиками реабилитации для различных групп населения.	***Владеет*** – системой знаний о механизмах воздействия оздоровительно-реабилитационными мероприятий для различных групп населения.	***Владеет –*** навыками контроля над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа.

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1.	Приемы и техника массажа. Методика массажа	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 5
2.	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический и самомассаж.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 5
3.	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 5
4.	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 5
Компьютерное тестирование (внутрисеместровая аттестация)			40
ВСЕГО			100

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Вопросы для устного (письменного) опроса

(Проверяемые компетенции: ПК-1)

1.История ЛФК. Место ЛФК в системе физического воспитания.

2.ЛФК как составная часть системы физического воспитания, как лечебно-педагогический процесс.

3.Особенности ЛФК как лечебного метода.

4.Общие основы ЛФК. Средства, формы и методы в ЛФК.

5.Организация службы ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Роль врача, инструкторов, методиста.

6.Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия ЛФК на организм человека.

7.Принципы составления комплексов упражнений для занятий ЛФК при двигательных режимах.

8.Характеристика дыхательных упражнений, применяемые в ЛФК.

9.Деление физических упражнений по активности и степени физической нагрузки.

10. Классификация и характеристика средств ЛФК.

11.Принципы составления комплексов упражнений для индивидуальных занятий ЛФК (самостоятельно, с инструктором, с родителями).

12.Принципы составления комплексов упражнений для групповых занятий ЛФК.

13.Организация занятий ЛФК при различных двигательных режимах и в различные периоды заболеваний.

14.Дозировка интенсивности упражнений и плотности занятий ЛФК.

15.Показания и противопоказания к применению ЛФК. Факторы ограничения и факторы риска.

16.Методы используемые в ЛФК. Использование педагогических приемов на занятиях ЛФК.

17.Двигательные режимы, понятия, общая характеристика.

18.Периоды в ЛФК, общая характеристика.

19.Плотность занятий ЛФК, принципы методика занятий ЛФК.

20.Осанка, виды нарушений осанки. Средства, формы и методы ЛФК, примеры.

21.Классификация нарушений осанки. Общая характеристика ЛФК при этих нарушениях. Особенности.

22. Особенности проведения ЛФК при нарушениях осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

23. Болезни органов пищеварения. Общая характеристика.ЛФК при этих заболеваниях.

24.Болезни нарушений обмена веществ. Общая характеристика. ЛФК при этих заболеваниях.

25.Заболевания органов дыхания. Общая характеристика. ЛФК при этих заболеваниях.

26.ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Общая характеристика.

27.Плоскостопие, его причины. Методика ЛФК при плоскостопии.

28.ЛФК при занятий с учащимися специальных медицинских групп.

29.Врачебно-педагогические наблюдения за занимающимися ЛФК.

30.Сколиоз, его виды, степени. Методика ЛФК при сколиозах.

Тема 2 Теоретические основы лечебной физической культуры и массажа.

31.Сколиозы. Общая характеристика. Профилактика сколиозов.

32.Заболевания суставов. Общая характеристика. Методика ЛФК при данных заболеваниях.

33.Массаж, виды массажа.

34.Классификация массажа. Краткая характеристика.

35.Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.

36.Понятие о классическом и лечебном массаже.

37.Понятие о гигиеническом и косметическом массаже.

38.Анатомо-физиологическое действие массажа на организм человека.

39.Гигиенические основы массажа.

40.Основные приемы классического массажа.

41.Особенности влияния массажа на центральную нервную систему, крово- и лимфообращение и мышечную деятельность.

42.Массаж при различных заболеваниях и травмах.

43.Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению.

44.Гигиенический, лечебный, реабилитационный массаж.

45.Сегментарно-рефлекторный самомассаж, восточный и аппаратный массаж.

46.Использование поглаживания, растирания, разминания, вибрации.

47.Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний.

48.ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния детей до 1 года.

49.Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях суставов.

50.Роль ЛФК при повышенных факторах риска заболеваний сердечно-сосудистой системы.

51.Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. ЛФК при болезнях сердечно-сосудистой системы.

52. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца.

53.Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры.

54.Использование ЛФК в лечении и профилактике остеохондроза.

55.Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. Этапная реабилитация больных инфарктом миокарда. Лечебная физкультура при гипер- и гипотонической болезни. Показания и противопоказания.

56.Лечебная физкультура при ревматизме и пороках сердца. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры на различных этапах восстановительного лечения.

57.Лечебная физкультура при болезнях органов дыхания. Показания и противопоказания.

58.Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.

59.Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени.

60.Методика ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, спастических и вялых параличах и парезах, неврозах.

Задания для практических работ

(проверяемая компетенция: ПК-1)

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Тема: Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.

Задание 1. Знать принципы системного подхода к использованию физических упражнений в ЛФК.

Задание 2. Уметь разрабатывать и реализовывать методики, технологии в ЛФК;

Задание 3. Владеть теоретическими сведениями и практическими алгоритмами ЛФК.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Тема: Методы оценки физической нагрузки в лечебной физической культуре.

Задание 1. Знать об основных методах обработки информации в ЛФК.

Задание 2. Уметь пользоваться научными знаниями для понимания теоретических положений в ЛФК.

Задание 3. владеть теоретическими сведениями и практическими алгоритмами для решения оздоровительных, лечебных и профилактических задач в ЛФК.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Тема: Характеристика основных видов массажа.

Задание1. Знать об основных видов массажа.

Задание 2. Уметь применять приемы массажа в практике.

Задание 3. Владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в ЛФК и массаже.

Практическое занятие № 4 (2час)

Тема: Техника и оценка основных видов массажа.

Задание 1. Знать об основных методах техники массажа.

Задание 2. Уметь применять приемы массажа при различных патологиях.

Задание 3. Владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по ЛФК.

Практическое занятие № 5 (2 часа)

Тема: Оценка эффективности лечебной физической культуры и массажа.

Задание 1. Знать об основных методах оценки эффективности массажа.

Задание 2. Уметь применять математический аппарат для обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа.

Задание 3. Владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по изучению современных тенденций в ЛФК.

Практическое занятие № 6 (2 часа)

Тема: Лечебная физическая культура и массаж при травмах

Задание1. Знать об основных методах оценки эффективности массажа при травмах.

Задание 2. Уметь применять математический аппарат для обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа при травмах.

Задание 3. Владеть практическими алгоритмами для решения задач, наиболее часто встречающихся в экспериментальных педагогических исследованиях по изучению современных тенденций в ЛФК и массажа при травмах.

Практическое занятие № 7 (2 часа)

Тема: Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков.

Задание 1. Знать об основных методах оценки эффективности массажа при нарушениях осанки у детей и подростков.

Задание 2. Знать об основных методах оценки эффективности массажа при нарушениях осанки у детей и подростков.

Задание 3. Уметь применять математический аппарат для обработки данных, полученных в результате исследований в области ЛФК и массажа при нарушениях осанки у детей и подростков.

Задания для лабораторных работ

(проверяемая компетенция: ПК–1)

Лабораторная работа №1,2 (4 часа)

Задание 1. Практическое изучение приемов массажа.

Лабораторная работа №3, 4 (4 часа)

Задание 1. Практическое изучение основных видов массажа.

Лабораторная работа №5,6 (4 часа)

Задание 1. Практическое проведение ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

Лабораторная работа №7, 8 (4 часа)

Задание 1. Практическое проведение занятий ЛФК при нарушениях осанки у детей и подростков

Зачетно-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (экзамен/зачет)

Тестовые задания по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»

(Проверяемые компетенции: ПК–1)

1. Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного?
а) 10 минут
б) 20 минут
в) 30 минут
г) 12 минут
5. 15 минут
Правильный ответ: б

2. Какова норма площади на 1 занимающегося больного в ЛФК?
а) 2 кв.м
б) 4 кв.м
в) 8 кв.м
г) 3 кв.м
5. 5 кв.м
Правильный ответ: б

3. Какова характерная особенность метода ЛФК?
а) использование лечебного массажа
б) использование специальных исходных положений
в) использование физических упражнений
г) использование иглорефлексотерапия
Правильный ответ: в

4. Какие функциональные тесты используются в ЛФК?
а) антропометрия
б) гониометрия
в) соматоскопия
г) спирография
Правильный ответ: б

5. Каковы основные средства ЛФК?
а) физические упражнения
б) подвижные игры
в) закаливающие процедуры
г) занятия на велотренажере
Правильный ответ: а

6. Каков механизм лечебного действия физических упражнений?
а) физические упражнения формируют специальные мышечные рефлексы
б) физические упражнения повышают мышечный тонус

в) физические упражнения оказывают универсальное действие
г) психологический
Правильный ответ: в

7. Что относится к формам ЛФК?
а) занятие дыхательной гимнастикой
б) контрастное закаливание
в) механотерапия
г) мануальная терапия
Правильный ответ: в

8. Какие упражнения малой интенсивности?
а) динамические дыхательные упражнения
б) активные упражнения в дистальных отделах конечностей
в) упражнения на велотренажере
г) идиомоторные упражнения
Правильный ответ: б

9. Какой двигательный режим относится к стационарному периоду лечения?
а) свободный режим
б) щадящий режим
в) тренирующий режим
г) щадяще-тренирующий режим
Правильный ответ: а

10. Что является единицей нормирования работы по ЛФК?
а) процедура лечебной гимнастики
б) процедурная единица
в) время теста с физической нагрузкой
г) количество пациентов
Правильный ответ: а

11. Какие методы определения эффективности занятия ЛФК применяют?
а) изменение частоты пульса
б) антропометрия
в) тесты со стандартной физической нагрузкой
г) ортостатическая проба
Правильный ответ: в

12. Какие моменты включает функциональная проба Мартинэ?
а) бег на месте в течение 3-х минут
б) 20 приседаний за 30 секунд с выбросом рук вперед
в) физическая нагрузка на велотренажере
г) задержка дыхания
Правильный ответ: б

13. Какие функциональные тесты относятся к специальным?
а) субмаксимальный нагрузочный тест PWC 150-170
б) ортостатическая и клиноортостатическая пробы
в) подсчет пульса и изменение АД в динамике
г) холодовая проба
Правильный ответ: б

14. С какого дня заболевания назначают специальный комплекс лечебной гимнастики при трансмуральном инфаркте миокарда?
а) через сутки
б) через неделю
в) индивидуально

г) перед выпиской
Правильный ответ: в

15. Каково противопоказание для перевода больного инфарктом миокарда на следующую ступень физической активности?
а) отрицательная динамика ЭКГ
б) положительная динамика ЭКГ
в) отсутствие осложнений заболевания
г) плохое настроение
Правильный ответ: а

16. Комплекс лечебной гимнастики №1 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:
а) физические упражнения в дистальных отделах конечностей
б) движения в конечностях в полном объеме
в) физические упражнения на натуживание
г) трудотерапия
Правильный ответ: а

17. Комплекс лечебной гимнастики №2 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:
а) физические упражнения в смене исходных положений лежа-сидя-лежа
б) физические упражнения с гимнастическими предметами в исходном положении стоя
в) дозированная ходьба
г) только исходное положение лежа
Правильный ответ: а

18. Комплекс лечебной гимнастики №3 при инфаркте миокарда включаетследующее:
а) физические упражнения на дистальные отделы конечностей
б) дозированная ходьба по коридору стационара
в) занятия на тренажерах
г) движения в конечностях
Правильный ответ: б

19. Комплекс лечебной гимнастики №4 при инфаркте миокарда включает следующее:
а) маховые упражнения
б) упражнения с отягощением
в) дренажные дыхательные упражнения
г) упражнения с сопротивлением
Правильный ответ: а

20. Какой основной вид физической нагрузки применяют на санаторном этапе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда?
а) подвижные игры
б) силовые упражнения
в) дозированная тренировочная ходьба
г) трудотерапия
Правильный ответ: в

21. Что является противопоказанием к назначению разных форм ЛФК при гипертонической болезни?
а) гипертонический криз
б) единичные экстрасистолы
в) АД 180/100 мм.рт.ст.
г) АД 105/75 мм.рт.ст.

Правильный ответ: а

22. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

а) упражнения со статическим и динамическим усилием
б) дыхательные упражнения статического и динамического характера
в) упражнения на дистальные отделы конечностей
г) упражнения на расслабление

Правильный ответ: а

23. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

а) кашель с мокротой
б) субфебрильная температура
в) тахикардия (пульс свыше 100 уд. в мин.)
г) потливость

Правильный ответ: в

24. Задачи ЛФК на постельном режиме при острой пневмонии:

а) профилактика ателектазов
б) рассасывание экссудата
в) уменьшение дыхательной недостаточности
г) уменьшение кашля

Правильный ответ: в

25. Какие физические упражнения являются специальными на свободном режиме при острой пневмонии?

а) упражнения в расслаблении
б) динамические дыхательные упражнения
в) статические дыхательные упражнения
г) идеомоторные упражнения

Правильный ответ: б

26. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

а) исходное положение лежа на животе
б) исходное положение сидя, положив руки на стол
в) исходное положение основная стойка
г) исходное положение на боку

Правильный ответ: б

27. Какие дыхательные упражнения способствуют растяжению спаек при экссудативном плеврите?

а) динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на больной стороне
б) динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на здоровой стороне
в) звуковая дыхательная гимнастика
г) изометрические упражнения

Правильный ответ: а

28. Какие противопоказания к назначению ЛФК при ХНЗЛ по тренирующему режиму?

а) одышка при ходьбе в медленном и среднем темпе
б) одышка при подъеме на лестницу в среднем и ускоренном темпе
в) одышка при выполнении физических упражнений с гимнастическими предметами в среднем темпе
г) увеличение АД до 130/80 мм.рт.ст.

Правильный ответ: а

29. Какие специальные упражнения при спланхноптозе?

а) подскоки, прыжки
б) физические упражнения для тазового дна
в) физические упражнения с отягощением
г) упражнения с отягощением
Правильный ответ: б

30. Какой курс лечения при спланхноптозе?
а) 10 дней
б) 1 месяц
в) год и более
г) 2 месяца
Правильный ответ: в

31. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?
а) "дегтярный" стул
б) наличие "ниши" на рентгенограмме
в) боли, зависящие от приема пищи
г) плохой аппетит
Правильный ответ: а

32. Каковы особенности методики ЛФК при спастических запорах?
а) необходимость частой смены исходных положений
б) необходимость выбора разгрузочных исходных положений
в) необходимость статических мышечных напряжений
г) занятия на снарядах
Правильный ответ: б

33. Какие особенности методики ЛФК при атонических запорах?
а) упражнения в расслаблении
б) упражнения с ограниченной амплитудой движений
в) акцент на упражнения для мышц живота
г) продолжительность занятия 10 минут
Правильный ответ: в

34. Что способствуют лучшему опорожнению желчного пузыря?
а) статические дыхательные упражнения
б) динамические дыхательные упражнения
в) диафрагмальное дыхание
г) упражнения на расслабление
Правильный ответ: в

35. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при ожирении?
а) наличие одышки при физической нагрузке
б) обострение сопровождающего калькулезного холецистита
в) алиментарное ожирение III степени
г) вес 95 кг
Правильный ответ: б

36. Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?
а) назначение общего массажа
б) применение механотерапии
в) общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной
г) занятия на тренажерах
Правильный ответ: в

37. Каковы основные пути борьбы с ожирением?
а) баня с интенсивным общим массажем

б) физическая активность и рациональная диета
в) длительные курсы голодания
г) занятия "бегом"
Правильный ответ: б

38. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при сахарном диабете?
а) жажда и полиурия
б) чувство слабости
в) наличие в моче ацетона
г) сахар крови более 5,5 г/л
Правильный ответ: в

39. Какие наиболее терапевтические методики ЛФК в клинике нервных болезней?
а) дыхательная гимнастика
б) специальная лечебная гимнастика
в) малоподвижные игры
г) терренкур
Правильный ответ: б

40. Каковы особенности методики ЛФК в клинике нервных болезней?
а) использование в основном пассивных упражнений
б) лечение движением при нарушении функции движения
в) применение ЛФК после стабилизации общего состояния больного
г) упражнения с предметами
Правильный ответ: б

41. Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?
а) лечение положением
б) применение пассивных упражнений
в) применение активных упражнений
г) упражнения на тренажерах
Правильный ответ: а

42. Каковы особенности методики ЛФК при невритах?
а) применение упражнений с отягощением
б) применение облегченных исходных положений
в) применение в основном дыхательных упражнений
г) применение исходного положения сидя
Правильный ответ: б

43 Каковы сроки назначения ЛФК при неврите лицевого нерва?
а) с первых дней заболевания
б) через месяц после начала заболевания
в) после стабилизации общего состояния
г) после стихания болей
Правильный ответ: а

44. Какие моменты входят в лечение положением при неврите лицевого нерва?
а) спать на здоровой стороне
б) спать на стороне поражения
в) спать на спине
г) спать на боку
Правильный ответ: б

45. Какие особенности лейкопластырного натяжения при неврите лицевого нерва?
а) натяжение с больной стороны на здоровую
б) фиксация лейкопластырем имеющейся патологии
в) натяжение со здоровой стороны на больную

г) ширина лейкопластыря 5см
Правильный ответ: в

46. Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:
а) применение механотерапии
б) применение трудотерапии
в) применение массажа
г) применение идеомоторных упражнений
Правильный ответ: б

47. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на брюшной полости?
а) предоперационный период
б) ранний послеоперационный период
в) наличие осумкованного гнойника
г) наличие кашля
Правильный ответ: в

48. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на органах грудной клетки?
а) наличие мокроты
б) легочное кровотечение
в) субфебрильная температура тела
г) АД 130/80 мм.рт.ст.
Правильный ответ: б

49. Каковы сроки назначения ЛФК после неосложненной аппендэктомии?
а) через сутки
б) после снятия швов
в) перед выпиской из стационара
г) после выписки из стационара
Правильный ответ: а

50. Каковы особенности ЛФК после операций по поводу ранений брюшной полости?
а) учитывать наличие каловых свищей
б) применение упражнений на натуживание
в) использование частой смены исходных положений
г) использование снарядов
Правильный ответ: а

51. Особенности ЛФК при гнойных осложнениях легких?
а) применение упражнений на тренажерах
б) применение дренажной гимнастики
в) применение общефизических упражнений
г) применение пассивных упражнений
Правильный ответ: б

52. Особенности ЛФК перед пульмонэктомией:
а) применение специальных упражнений для активизации здорового легкого
б) применение специальных упражнений для активизации больного легкого
в) применение специальных упражнений для тренировки сердечной деятельности
г) применение специальных упражнений на верхние конечности
Правильный ответ: а

53. Каковы особенности методики ЛФК после операции по поводу варикозного расширения вен нижних конечностей?

а) приподнятый ножной конец кровати
б) давящие повязки на ногах
в) выполнение физических упражнений в исходном положении стоя
г) использование исходного положения сидя
Правильный ответ: а

54. Какой двигательный дефект появляется после острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта)?
а) вялый паралич нижних конечностей
б) спастический гемипарез
в) наличие тремора
г) снижение мышечного тонуса
Правильный ответ: б

55. С какого момента назначают специальную лечебную гимнастику при геморрагическом инсульте?
а) с первых часов после инсульта
б) перед выпиской из стационара
в) после восстановления гемодинамики
г) через неделю
Правильный ответ: в

56. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?
а) с первых часов после инсульта
б) после стабилизации общего состояния
в) перед выпиской из стационара
г) через 3 суток
Правильный ответ: а

57. Какие противопоказания к назначению ЛФК при беременности?
а) беременность 6-12 недель
б) привычные выкидыши в анамнезе
в) беременность 36-38 недель
4 беременность 12-16 недель
Правильный ответ: б

58. Какие физические упражнения входят в предродовую гимнастику?
а) ходьба с динамическими дыхательными упражнениями
б) простые физические упражнения для конечностей из исходного положения лежа на животе
в) приседания и подскоки в пределах состояния беременной
г) кувырки
Правильный ответ: а

59. Какие задачи ЛФК при хронических воспалительных заболеваниях женских половых органов?
а) восстановление детородной функции
б) нормализация гормональной функции
в) ликвидация остаточных явлений воспалительного процесса в малом тазу
г) улучшение фигуры
Правильный ответ: в

60. Какие исходные положения должны быть при ретрофлексии матки?
а) коленно-локтевое
б) на правом боку
в) на спине

г) на стуле
Правильный ответ: а

61 Какие моменты следует исключить в занятиях специальной лечебной гимнастикой при недержании мочи у женщин?
а) дозированные статические напряжения мышц
б) наклоны вперед
в) исходное положение коленно-локтевое
г) изометрические упражнения
Правильный ответ: б

61. Какие средние сроки сращения отломков после неосложненных переломов трубчатых костей?
а) 1-2 недели
б) 3-4 недели
в) пол-года
г) 2 месяца
Правильный ответ: б

62. Каковы противопоказания к назначению ЛФК в травматологии?
а) период иммобилизации
б) наличие металлоостеосинтеза
в) наличие ложного сустава
г) наличие болей
Правильный ответ: в

64. Какие периоды входят в стационарный этап лечения травматологических больных?
а) острый период
б) период восстановительный
в) период реконвалесценции
г) период обострения
Правильный ответ: б

65. Какие методы исследования функции конечностей используют в травматологии?
а) внешний осмотр
б) антропометрия
в) гониометрия
г) измерение веса
Правильный ответ: в

66. Какие особенности в методике ЛФК при повреждении локтевого сустава?
а) необходимость ранних движений в локтевом суставе
б) необходимость силовых упражнений
в) необходимость упражнений на вытяжение
г) необходимость использования упражнений с предметами
Правильный ответ: а

67. Какие особенности методики ЛФК при травмах локтевого сустава?
а) упражнения должны быть только активные
б) упражнения должны быть только пассивные
в) упражнения должны сочетаться с тепловыми процедурами
г) упражнения идеомоторные
Правильный ответ: а

68. Какие упражнения противопоказаны в период вытяжения при травмах шейного отдела позвоночника?

а) активные упражнения в дистальных и проксимальных отделах конечностей
б) поочередное поднимание прямой ноги
в) поочередные скользящие движения ног
г) дыхательные упражнениям
Правильный ответ: б

69. Какие упражнения противопоказаны в постиммобилизационном периоде при травмах коленного сустава?
а) "велосипед"
б) "ножницы"
в) приседания
г) идеомоторные упражнения
Правильный ответ: в

70. Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде?
а) исключаются активные движения головой во все стороны
б) исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление
в) исключаются статические дыхательные упражнения
г) исключаются упражнения на расслабление
Правильный ответ: а

71. Какие особенности лечебной гимнастики при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника в остром периоде заболевания?
а) использование вращательных движений тазом
б) использование дозированных упражнений на вытяжение позвоночника
в) использование быстрой смены различных исходных положений
г) использование снарядов
Правильный ответ: б

72. Какие рекомендации необходимы для облегчения состояния больного при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника?
а) исключить тракционное лечение
б) чаще выполнять упражнения на прогибание позвоночника назад
в) использовать ватно-марлевые валики под коленями в исходном положении лежа на спине
г) использовать исходное положение на четвереньках
Правильный ответ: в

73. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки во фронтальной плоскости?
а) круглая спина
б) плоская спина
в) асимметрия туловища
г) усиление грудного кифоза
Правильный ответ: в

74. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки в сагиттальной плоскости?
а) сутулость
б) кривошея
в) сколиоз
г) плоская спина
Правильный ответ: а

75. Какие могут быть типичные деформации опорно-двигательного аппарата после перенесенного рахита?

а) косолапость
б) килевидная грудная клетка
в) "полая стопа"
г) кривошея
Правильный ответ: б

76. Какие исходные положения способствуют разгрузке позвоночника?
а) лежа на боку
б) на четвереньках
в) стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе
г) сидя на стуле
Правильный ответ: б

77. Что характерно для сколиоза?
а) торсия позвонков вокруг вертикальной оси
б) увеличение физиологических изгибов позвоночника
в) асимметрия надплечий
г) наличие дуги искривления
Правильный ответ: а

78. Что указывает на торсию позвонков?
а) реберное выпячивание
б) воронкообразная грудь
в) сутулость
г) усиление поясничного лордоза
Правильный ответ: а

79. Какие упражнения противопоказаны при сколиозе?
а) корригирующие упражнения
б) упражнения в воде
в) упражнения, увеличивающие гибкость позвоночника
г) упражнения на растягивание
Правильный ответ: в

80. Какой метод используют для уточнения диагноза плоскостопия?
а) пальпация стоп
б) плантография стоп
в) измерение длины стопы
г) измерение веса
Правильный ответ: б

81. В норме центр тяжести человека располагается:
а) в области головы
б) в области груди
в) в области живота
г) в области таза
Правильный ответ: г

82. Функции позвоночника:
а) рессорная
б) опорная
в) моторная
г) все верно
Правильный ответ: г

83. Лицевой нерв иннервирует:
а) жевательные мышцы
б) мимические мышцы

в) жевательные и мимические мышцы
г) жевательные мышцы и слюнные железы
Правильный ответ: б

84. Массаж является:
а) средством ЛФК
б) формой ЛФК
в) методом иглорефлексотерапии
г) методом физиотерапевтического лечения
Правильный ответ: а

85. Медицинская реабилитация - это:
а) восстановление здоровья
б) восстановление трудоспособности
в) восстановление прав
г) улучшение тонуса мышц
Правильный ответ: а

86. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц живота:
а) стоя
б) сидя
в) лежа на спине
г) лежа на животе
5. с предметами
Правильный ответ: в

87. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц спины:
а) сидя
б) стоя
в) лежа на спине
г) лежа на животе
Правильный ответ: г

88. Упражнения, в основе которых лежат безусловные двигательные реакции называют:
а) рефлекторными
б) идеомоторными
в) изометрическими
г) пассивными
Правильный ответ: г

89. Упражнения, выполняемые мысленно называются:
а) идеомоторными
б) изометрическими
в) рефлекторными
г) пассивными
Правильный ответ: а

90. Действие корригирующих упражнений:
а) устраняют деформацию опорно-двигательного аппарата
б) укрепляют мышечный корсет
в) увеличивают объем движений
г) улучшает отхождение мокроты
5. улучшает настроение
Правильный ответ: а

91. Метание относится к упражнениям:
а) гимнастическим

б) спортивно-прикладным
в) игровым
г) корригирующим
Правильный ответ: б

92. "Ближний туризм" является:
а) средством ЛФК
б) формой ЛФК
в) методом ЛФК
г) основным упражнением
Правильный ответ: б

93. Укажите симптомы, относящиеся к внешним признакам утомления:
а) потливость
б) подъем АД
в) изменение координации движения
г) потливость, изменение координации движения, замедленность движений
Правильный ответ: г

94. Нагрузка инструктора ЛФК в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:
а) 50 ед./день
б) 10 ед./день
в) 20 ед./день
г) 33 ед./день
Правильный ответ: г

95. Нагрузка массажиста в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:
а) 30 ед./день
б) 40 ед./день
в) 10 ед./день
г) 25 ед./день
Правильный ответ: а

96. При переломе луча в типичном месте занятия лечебной физкультурой назначают:
а) до наложения гипса
б) на следующие сутки после наложения гипса
в) после снятия гипса
г) по желанию больного
Правильный ответ: б

97. Пассивными называют упражнения:
а) выполняемые с незначительным усилием
б) с помощью инструктора
в) мысленные или усилием воли
г) на велотренажере
Правильный ответ: б

98. К дыхательным упражнениям относятся:
а) корригирующие
б) деторсионные
в) симметричные
г) звуковые
Правильный ответ: г

99. Патогенетические упражнения для больных с бронхиальной астмой являются:
а) дыхательные упражнения, удлиняющие выдох
б) дыхательные упражнения, усиливающие вдох

в) звуковые дыхательные упражнения
г) дренажные упражнения
Правильный ответ: а

100. Оптимальным исходным положением при занятиях ЛФК для больных со сколиотической болезнью является:
а) исходное положение сидя
б) исходное положение стоя
в) коленно-локтевое исходное положение
г) исходное положение лежа на животе
Правильный ответ: г

101 Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных упражнений используются:
а) идеомоторные упражнения
б) дыхательные упражнения
в) корригирующие упражнения
г) упражнения с сопротивлением
Правильный ответ: г

102. К средствам ЛФК относятся:
а) бег
б) занятия спортом
в) плавание
г) физические упражнения и массаж
Правильный ответ: г

103. К упражнениям для мелких мышечных групп относятся:
а) упражнения для мышц туловища
б) упражнения для плечевого пояса
в) дыхательные упражнения
г) упражнения для мышц кисти и стопы
Правильный ответ: г

104. Процедура лечебной гимнастики имеет следующие разделы:
а) щадящие
б) вводный основной
в) вводный заключительный
г) вводный, основной, заключительный
Правильный ответ: г

105. Различают следующие этапы реабилитации:
а) госпитальный санаторный
б) постельный санаторный
в) поликлинический, госпитальный
г) госпитальный, поликлинический, санаторно-курортный
Правильный ответ: г

106. Звуковые упражнения оказывают:
а) дренажное действие
б) корригирующее действие
в) расслабляющее действие
г) стимулирующее действие
Правильный ответ: а

107. Физические упражнения оказывают:
а) расслабляющее действие
б) стимулирующее действие

в) дренажное действие
г) все верно
Правильный ответ: г

108. К госпитальному этапу реабилитации относятся:
а) щадящий режим
б) щадяще-тренирующий режим
в) амбулаторный режим
г) строгий постельный режим
Правильный ответ: г

109. При спастических запорах используются упражнения:
а) на укрепление мышц брюшного пресса
б) на укрепление мышц спины
в) расслабляющие
г) с использованием разгрузочных исходных положений
Правильный ответ: г

110. При занятиях ЛФК при дискинезии желче-выводящих путей оптимальным является исходное положение:
а) лежа на левом боку
б) стоя
в) сидя
г) лежа на спине
Правильный ответ: а

111. Лечение положением используется:
а) при инфаркте
б) при инсульте
в) при бронхиальной астме
г) при переломе луча в типичном месте
Правильный ответ: б

112. Корригирующие упражнения используются:
а) для симметричного укрепления мышц
б) для расслабления мышц
в) для улучшения отхождения мокроты
г) для улучшения настроения
Правильный ответ: а

113. Дыхательные упражнения являются общеукрепляющими:
а) для больных с бронхиальной астмой
б) для больных с острой пневмонией
в) для больных с переломом луча в типичном месте
г) для больных с острым бронхитом
Правильный ответ: в

114. Ходьба закрытыми глазами является упражнением:
а) на равновесие и координацию
б) корригирующим
в) дренажным
г) изометрическим
Правильный ответ: а

115. Действие маховых упражнений способствует:
а) устранению болевого синдрома
б) улучшению настроения

в) улучшению откашливания мокроты
г) расслаблению мышц и увеличению объему движений
Правильный ответ: г

116. Динамические упражнения по степени активности делятся на:
а) активные и пассивные
б) диафрагмальные и дренажные
в) идеомоторные и симметричные
г) гимнастические и спортивные
Правильный ответ: а

117. Укажите средства, применяемые в ЛФК с использованием факторов природы:
а) лечебные ванны
б) воздушные ванны
в) антропометрия
г) динамометрия
Правильный ответ: б

118. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:
а) уровень АД
б) ЧСС
в) частота дыхания
г) вес, рост
Правильный ответ: б

119. Оптимальная моторная плотность при занятиях лечебной физкультурой:
а) 10%
б) 20%
в) 95%
г) 50%
Правильный ответ: г

120. Медленный темп упражнений при занятиях лечебной физкультурой рекомендуется:
а) при гипертонической болезни
б) при гипотонической болезни
в) при атанической колите
г) при колькулезном холицистите
Правильный ответ: а

121. Занятия лечебной физкультурой противопоказаны:
а) при инфаркте миокарда
б) при гипертонической болезни
в) в бессознательном состоянии
г) при инсульте
Правильный ответ: в

122. Специальные упражнения, применяемые для увеличения мышечного тонуса, являются:
а) упражнения с отягощением
б) упражнения на координацию
в) идеомоторные упражнение
г) упражнения на расслабление
Правильный ответ: а

123. Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:
а) профилактика пневмонии

б) предупреждение образования спаек
в) улучшение настроения
г) увеличение ЧСС
Правильный ответ: б

124. Лечебная гимнастика при пневмонии противопоказана:
а) при наличии одышки
б) при ЧСС более 130 уд./мин.
в) при температуре 37,5
г) при слабости
Правильный ответ: б

125. При заболевании желудочно-кишечного тракта оптимальным дыхательным упражнением является:
а) динамические
б) звуковые
в) дренажные
г) диафрагмальные
Правильный ответ: г

126. При грыже пищеводного отверстия диафрагмы противопоказаны:
а) прыжки
б) наклоны туловища вперед
в) приседания
г) повороты туловища на бок
Правильный ответ: б

127. При спланхноптозе противопоказаны:
а) прыжки и подскоки
б) наклоны
в) приседания
г) повороты туловища
Правильный ответ: а

128. Лечебная гимнастика при грыже пищеводного отверстия диафрагмы проводится:
а) сразу после еды
б) через 4 часа после еды
в) в любое время
г) через 2 часа после еды
Правильный ответ: г

129. Лечебная гимнастика противопоказана:
а) при плохом настроении
б) при кровотечении
в) при нарушении сна
г) при запорах
Правильный ответ: б

130. Оптимальным исходным положением при занятиях лечебной гимнастикой при холецистите является:
а) сидя
б) стоя
в) лежа на животе
г) коленно-локтевое
Правильный ответ: г

131. Нарушение осанки - это:

а) асимметрия мышечного тонуса
б) появление дуги искривления
в) появление торсии позвонков
г) уменьшение поясничного лордоза
Правильный ответ: а

132. Торсия позвонков наблюдается:
а) при остеохондрозе
б) при нарушениях осанки
в) при сколиотической болезни
г) при плоскостопии
Правильный ответ: в

133. Укажите упражнения, рекомендуемые больным в период иммобилизации, при переломе бедра:
а) пассивные упражнения на больную ногу
б) активные и пассивные упражнения для здоровой ноги
в) упражнения с сопротивлением
г) упражнения с отягощением
Правильный ответ: б

134. Лечебная гимнастика при артритах противопоказана:
а) при отечности суставов
б) при ограничении объема движений
в) при температуре 37
г) при резкой болезненности
Правильный ответ: г

135. Основной принцип лечебной гимнастики при нарушениях осанки:
а) индивидуальность
б) самостоятельные занятия
в) групповые занятия
г) систематичность
Правильный ответ: г

136. Основной задачей лечебной гимнастики при плече-лопаточном переартрите является:
а) восстановить движение в суставе
б) снизить температуру
в) улучшить настроение
г) восстановить мышечную силу
Правильный ответ: а

137. Специальными упражнениями при острой пневмонии являются:
а) корригирующие
б) симметричные
в) рефлекторные
г) дыхательные
Правильный ответ: г

138. Упражнения, тренирующие мышечную силу:
а) пассивные
б) дыхательные
в) облегчающие
г) на мелкие мышечные группы с сопротивлением и с отягощением
Правильный ответ: г

139. Медицинский массаж относится:

а) к физиотерапевтическому лечению
б) к мануальной терапии
в) к средствам лечебной физкультуры
г) к формам лечебной физкультуры
Правильный ответ: в

140. Должностная инструкция и нормы нагрузки инструктора ЛФК и врача по лечебной физкультуре регламентирована приказом МЗ СР РФ:
а) №337 от 2001 г.
б) №1030 от 2010 г.
в) №25 от 2009 г.
г) №330 от 2006 г.
Правильный ответ: а

141. Функциональные пробы позволяют оценить все перечисленное, кроме
а) состояния здоровья
б) уровня функциональных возможностей
в) резервных возможностей
г) психоэмоционального состояния и физического развития
Правильный ответ: г

142. К рациональному типу реакций на физическую нагрузку относится
а) нормотонический
б) гипотонический
в) гипертонический
г) ступенчатый
Правильный ответ: а

143. PWC_{170} (W_{170}) означает
а) работу при нагрузке на велоэргометре
б) работу при нагрузке на ступеньке
в) работу, выполненную за 170 секунд
г) мощность нагрузки при частоте сердечных сокращений 170 ударов в минуту
Правильный ответ: г

144. К необходимым показателям для расчета максимального потребления кислорода (л/мин) непрямым методом после велоэргометрии относятся
а) частота сердечных сокращений до нагрузки
б) максимальная частота сердечных сокращений и максимальная мощность велоэргометрической нагрузки в кгм/мин
в) мощность первой нагрузки в кгм/мин
г) мощность второй нагрузки в кгм/мин
Правильный ответ: б

145. Физиологическое значение велоэргометрического теста у обследуемых не включает определение
а) тренированности и психологической устойчивости
б) функционального состояния кардиореспираторной системы
в) аэробной производительности организма
г) общей физической работоспособности
Правильный ответ: а

146. Клиническими критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются
а) достижение максимально допустимой частоты сердечных сокращений
б) приступ стенокардии

в) падение систолического артериального давления или повышение АД более 200/120 мм рт.ст.
г) все перечисленное
Правильный ответ: г

147. Оптимальным режимом пульса, при котором следует прекратить физическую нагрузку, является
а) 120 в/мин
б) 140 в/мин
в) 150 в/мин
г) 170 в/мин
Правильный ответ: г

148. Мощность нагрузки при степ-эргометрии зависит от всего перечисленного, кроме
а) веса тела
б) высоты ступеньки
в) роста и жизненной емкости легких
г) количества восхождений в минуту
Правильный ответ: в

149. Оценка пробы Штанге у здоровых людней проводится после нагрузки
а) через 20 с
б) через 30 с
в) через 60 с
г) через 120 с
Правильный ответ: г

150. Оценка пробы Генчи у здоровых людей производится после нагрузки
а) через 15 с
б) через 10 с
в) через 15 с
г) через 30 с
Правильный ответ: г

Вопросы для подготовки к экзамену
(проверяемые компетенции: ПК–1)

1. Помещение и инвентарь кабинета ЛФК, гигиенические требования к ним.
2. Особенности методики ЛФК и массажа при сколиозе.
3. Помещение и инвентарь массажного кабинета, гигиенические требования к ним.
4. ЛФК и массаж при инфаркте миокарда.
5. Классификация физических упражнений в лечебной физкультуре.
6. ЛФК и массаж при гипертонической болезни.
7. Средства лечебной физической культуры, используемые в детском возрасте.
8. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
9. Гимнастические упражнения, используемые в ЛФК.
10. ЛФК и массаж при остеохондрозах.
11. Физические упражнения прикладного характера, используемые в ЛФК
12. ЛФК и массаж при ожирении детей школьного возраста.
13. Механизмы лечебного действия средств лечебной физической культуры.
14. ЛФК и массаж при контрактурах.
15. Стимулирующее действие средств ЛФК.
16. ЛФК и массаж при травмах спинного мозга и перефирических нервах.
17. Трофическое действие средств лечебной физкультуры.

18. Основные приемы классического массажа.
19. Нормализация нарушенных функций организма средствами ЛФК.
20. Разминание (приемы, техника).
21. Методика лечебной физкультуры в детском возрасте.
22. ЛФК и массаж при травмах позвоночника.
23. Методические особенности лечебной физкультуры в дошкольном возрасте.
24. Виды массажа.
25. Методические особенности лечебной физкультуры в школьном возрасте.
26. ЛФК и массаж при остром нарушении мозгового кровообращения.
27. Организация детской лечебной физической культуры.
28. Аппаратный массаж. Вакуумный массаж.
29. Урок, как основная форма лечебной физкультуры.
30. ЛФК и массаж при пневмонии.
31. Дозировки и критерии величины нагрузки в ЛФК.
32. ЛФК и массаж при травмах трубчатых костей.
33. Контроль за переносимостью процедур ЛФК и массажа.
34. ЛФК и массаж при бронхитах.
35. Суммарная физическая нагрузка.
36. Внешние визуальные признаки утомления.
37. Понятие о сегментарном массаже.
38. Формы лечебной физкультуры.
39. Самостоятельно выполняемые занятия по ЛФК.
40. ЛФК и массаж при травмах головного мозга.
41. Средства ЛФК. Пульсометрия в лечебной физкультуре.
42. Медицинские группы учащихся для занятий физическим воспитанием.
43. Подбор средств лечебной физкультуры.
44. Поглаживание (приемы, техника).
45. ЛФК и массаж при измененном грудном кифозе.
46. Виды закаливания и их характеристика.
47. Характеристика корригирующей гимнастики.
48. Характеристика нарушений осанки.
49. Растирание (приемы, техника).
50. Классификация и характеристика средств ЛФК.
51. Принципы составления комплексов упражнений для групповых занятий ЛФК.
52. Организация занятий ЛФК при различных двигательных режимах и в различные периоды заболеваний.
53 Осанка, виды нарушений осанки.
54. Средства, формы и методы ЛФК, примеры.
55. Болезни органов пищеварения. Общая характеристика. ЛФК при этих заболеваниях.
56. Болезни нарушений обмена веществ. Общая характеристика. ЛФК при этих заболеваниях.
57. Понятие о классическом и лечебном массаже.
58. Понятие о гигиеническом и косметическом массаже.
59. Анатомо-физиологическое действие массажа на организм человека.
60. Массаж при различных заболеваниях и травмах.

Задачи для подготовки к экзамену

(проверяемые компетенции: ПК–1)

Задача 1. Показать технику выполнения массажного приема поглаживания и его разновидностей.

Задача 2. Показать технику выполнения массажного приема выжимания и его разновидностей.

Задача 3. Показать технику выполнения массажного приема растирания и его разновидностей.

Задача 4. Показать технику выполнения массажного приема разминания и его разновидностей.

Задача 5. Показать технику выполнения массажного приема вибрации и его разновидностей.

Задача 6. Показать технику выполнения ударных приёмов массажа.

Задача 7. Составление плана проведения сеанса массажа при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата

Задача 8. Составление плана проведения сеанса массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.

Задача 9. Обоснуйте применение и роль ЛФК в комплексном лечении больных хирургического профиля.

Задача 10. Обоснуйте применение и роль ЛФК в комплексном лечении заболеваний суставов.

Задача 11. Раскройте методику ЛГ при заболеваниях суставов в зависимости от стадии течения патологического процесса (острое, подострое, ремиссии).

Задача 12. Раскройте задачи и особенности методики ЛФК при неврозах.

Задача 13. Раскройте функциональные обязанности инструктора-методиста ЛФК.

Задача 14. Перечислите основные и дополнительные средства ЛФК.

Задача 15. Охарактеризуйте основную форму ЛФК – процедуру лечебной гимнастики.

Задача 16. Охарактеризуйте физические нагрузки, применяемые в ЛФК.

Задача 17. Охарактеризуйте методы функционального обследования сердечно-сосудистой и дыхательной систем и оценки эффективности ЛФК.

Задача 18. Охарактеризуйте методы функционального обследования опорно-двигательного аппарата.

Задача 19. Раскрыть механизмы лечебного действия специальных физических упражнений при заболеваниях органов дыхания.

Задача 20. Сформулировать задачи и раскрыть основы методики ЛФК при заболеваниях ЖКТ.

Задача 21. Сформулировать задачи и раскрыть основы методики ЛФК при статических деформациях ОДА (нарушения осанки, сколиоз, плоскостопие).

Задача 22. Составить примерный комплекс ФУ при сколиозе.

Задача 23. Перечислить противопоказания при сколиозе, раскрыть понятие «Ортопедический режим».

Задача 24. Сформулировать задачи и раскрыть основы методики ЛФК при переломах костей в зависимости от периода применения ЛФК.

Задача 25. Раскрыть особенности формирования СМГ в общеобразовательных и высших учебных заведениях.

Задача 26. Назовите средства и формы физической культуры, применяемые в СМГ, дайте характеристику основной форме – уроку (структура, содержание).

Задача 27. Раскрыть методику определения моторной плотности урока (определение МП, формула расчета, оптимальность в СМГ).

Задание 28. Раскрыть методику ЛФК при шейном и пояснично-крестцовом остеохондрозе. Задачи ЛФК, специальные упражнения, методы вытяжения, противопоказания на занятиях.

Задание 29. Сформулировать задачи и раскрыть основы методики ЛФК при заболеваниях ЖКТ

Задание 30. Охарактеризуйте учет педагогических принципов и индивидуального подхода, сочетания общего и местного воздействия, принцип «рассеивания нагрузки» и др.

4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Устный опрос

Одной из форм текущего контроля является устный опрос, позволяющий оценить освоение лекционного материала.

Критерии оценивания устного опроса:

– полнота и правильность ответа;

– степень осознанности, понимания изученного;

– языковое оформление ответа.

Обучающему засчитывается результат ответа при устном опросе, если обучающийся дает развернутый ответ, который представляет собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывает его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

И не засчитывается, если обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Практическая работа

Практическая работа представляет собой перечень заданий, которая охватывает основные разделы дисциплины «Преодоление кризисных периодов развития детей и подростков». Практическая работа предназначена для контроля теоретических знаний и эффективности решения профессиональных задач.

Каждая практическая работа должна быть выполнена и сдана в установленные сроки. В период экзаменационной сессии работы на проверку не принимаются.

Критерии оценки практической работы:

– аккуратность выполнения;

– выполнение в положенные сроки;

– психологическая грамотность;

– ответ, подтверждающий эффективность решения профессиональной задачи.

Оценка «отлично» ставится, если аккуратно и в указанные сроки правильно, с описанием всех этапов решения выполнено более 90% заданий.

Оценка «хорошо» ставится, если аккуратно и в указанные сроки правильно выполнено от 65% до 90% заданий, при этом допущены не принципиальные ошибки.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если практические работы выполняются не систематично, при решении допускаются ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 50% заданий, практические работы сдаются не в установленные сроки.

Исходя из полученной оценки, студенту начисляются рейтинговые баллы (в процентах от максимально возможного количества баллов)

Практические задачи и кейсы

Студентам предлагают осмыслить реальную жизненную ситуацию, описание которой одновременно отражает не только какую-либо практическую проблему, но и актуализирует определенный комплекс знаний, который необходимо усвоить при

разрешении данной проблемы. При этом сама проблема не имеет однозначных решений Предлагаемые студентами решения могут быть оценены по степени эффективности, по степени риска, по обоснованности решения, по затратам ресурсов, но при этом самые разные решения будут правильными, соответствующими заданию. Таким образом, учебный материал подается студентам в виде ситуаций (кейсов), а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

При решении задач формируются различные компетентности:

– отрабатываются коммуникативные навыки – точно выражать свои мысли;

– уметь слушать других, аргументировано высказывать точку зрения, подбирать контраргументацию и пр.;

– развиваются презентационные умения и навыки по представлению информации;

– вырабатывается уверенность в себе и в своих силах;

– формируются устойчивые навыки рационального поведения в условиях неполной информации при решении комплексных проблем;

– приобретаются экспертные умения и навыки, необходимые для оценки деятельности персонала;

– осуществляются самооценка и на ее основе самокоррекция индивидуального стиля общения и поведения;

– осваиваются партнерские отношения и приобретаются навыки сотрудничества и т.д.

Тестовые задания

Тест представляет собой набор тестовых заданий, отражающих вопросы по аттестуемому разделу или в целом по учебной дисциплине. Из предложенных вариантов ответов необходимо отметить правильный (один или более в зависимости от поставленного вопроса). Отметки о правильных вариантах ответов в тестовых заданиях делаются разборчиво. Неразборчивые ответы не оцениваются, тестовое задание считается не выполненным.

При тестировании используется 100-процентная шкала оценки. Исходя из полученной, оценки студенту начисляются рейтинговые баллы (в процентах от максимально возможного количества баллов).

Оценка «отлично» ставится, если выполнено более 90% тестовых заданий.

Оценка «хорошо» ставится, если выполнено от 65% до 90% тестовых заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если выполнено 50% -64% тестовых заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 50% тестовых заданий (баллы при этом не начисляются)

Экзамен

Экзамен – форма промежуточной аттестации, в результате которого обучающийся получает оценку в четырехбальной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Основой для определения оценки на экзаменах служит объём и уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины.

Итоговая оценка учитывает совокупные результаты контроля знаний. Экзамен проводится по билетам в устной форме в виде опроса. Содержание билета два теоретический вопроса.

Студенты обязаны сдать экзамен в соответствии с расписанием и учебным планом. Экзамен по дисциплине преследует цель оценить сформированность требуемых

компетенций, работу студента за курс, получение теоретических знаний, их прочность, развитие творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умение применять полученные знания для решения практических задач.

Форма проведения экзамена определяется в рабочей программе дисциплины. Студенту предоставляется возможность ознакомления с рабочей программой дисциплины. Экзаменатор имеет право задавать студентам дополнительные вопросы по всей учебной программе дисциплины. Время проведения экзамена устанавливается нормами времени. Результат сдачи экзамена заносится преподавателем в экзаменационную ведомость и зачетную книжку.

Оценка «отлично» выставляется студенту, обнаружившему всестороннее систематическое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять практические задания, освоившему основную литературу и знакомому с дополнительной литературой, рекомендованной программой, студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившему творческие способности в понимании и использовании учебно- программного материала.
Оценка «хорошо» выставляется студенту, обнаружившему полное знание учебно-программного материала, успешно выполнившему предусмотренные программой задачи, усвоившему основную рекомендованную литературу, показавшему систематический характер знаний по дисциплине и способному к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющемуся с выполнением заданий, предусмотренных программой, студентам, обладающим необходимыми знаниями, но допустившим неточности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

5.1 Основная литература

1. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный ун-т, 2014. – 258 с. : ил. – URL: http//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используются специальные сервисы в электронно-библиотечных системах (ЭБС), доступ к которым организует Научная библиотека КубГУ.

5.2 Дополнительная литература

1. Юречко, О. В. Лечебная физическая культура в профилактике и коррекции нарушений осанки у детей школьного возраста [Электронный ресурс] учеб. пособие / О. В. Юречко. – Благовещенск : Благовещенский гос. пед. ун-т, 2015 – 128 с. – URL: http://elibrary.ru/item.asp?id=24933912

2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ.

ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905

5.3. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?id=34077976

2. Культура физическая и здоровье. URL: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?id=34076323

4. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=27127

5. Теория и практика физической культуры. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?id=34113949

6. Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta.

7. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822

8. Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351

9. Физическая культура, спорт наука и практика. URL: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name .

10. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013; https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name.

11. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

При изучении дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студенты часть материала должны проработать самостоятельно. Роль самостоятельной работы велика.

Планирование самостоятельной работы студентов по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» необходимо проводить в соответствии с уровнем подготовки студентов к изучаемой дисциплине. Самостоятельная работа студентов распадается на два самостоятельных направления: на изучение и освоение теоретического лекционного материала, и на освоение методики решения практических задач.

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием.

Консультация – активная форма учебной деятельности в педвузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определенной теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов.

Основной частью самостоятельной работы студента является его систематическая подготовка к практическим занятиям. Студенты должны быть нацелены на важность качественной подготовки к таким занятиям. При подготовке к практическим занятиям студенты должны освоить вначале теоретический материал по новой теме занятия, с тем чтобы использовать эти знания при решении задач. Затем просмотреть объяснения

решения примеров, задач, сделанные преподавателем на предыдущем практическом занятии, разобраться с примерами, приведенными лектором по этой же теме. Решить заданные примеры. Если некоторые задания вызвали затруднения при решении, попросить объяснить преподавателя на очередном практическом занятии или консультации.

Для работы на практических занятиях, самостоятельной работы во внеаудиторное время, а также для подготовки к экзамену рекомендуется использовать методические рекомендации к практическим занятиям. Предлагаемые методические рекомендации адресованы студентам, изучающим дисциплину «Лечебная физическая культура и массаж», обучающимся как по рейтинговой, так и по традиционной системе контроля качества знаний.

Данные методические рекомендации содержат учебно-методический материал для проведения практических занятий.

При подготовке к контрольным работам и тестированию необходимо повторить материал, рассмотренный на практических занятиях.

При подготовке к коллоквиумам студентам приходится изучать указанные преподавателем темы, используя конспекты лекций, рекомендуемую литературу, учебные пособия Ответы на возникающие вопросы в ходе подготовки к коллоквиуму и контрольной работе можно получить на очередной консультации.

Ряд тем и вопросов курса отведены для самостоятельной проработки студентами. При этом у лектора появляется возможность расширить круг изучаемых проблем, дать на самостоятельную проработку новые интересные вопросы. Студент должен разобраться в рекомендуемой литературе и письменно изложить кратко и доступно для себя основное содержание материала. Преподаватель проверяет качество усвоения самостоятельно проработанных вопросов на практических занятиях, контрольных работах, коллоквиумах и во время экзамена. Затем корректирует изложение материала и нагрузку на студентов.

Для получения практического опыта решения задач по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» на практических занятиях и для работы во внеаудиторное время предлагается самостоятельная работа в форме практических работ. Контроль над выполнением и оценка практических работ осуществляется в форме собеседования.

Таким образом, использование всех рекомендуемых видов самостоятельной работы дает возможность значительно активизировать работу студентов над материалом курса и повысить уровень их усвоения.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий

– Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.

– Использование электронных презентаций при проведении практических занятий.

7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»

2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»

3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».

4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Google Chrome »

5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»

6. Программа файловый архиватор «7-zip»

7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»

8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС Издательства «Лань» : сайт. - URL: http://e.lanbook.com.

3. ЭБС «ЮРАЙТ» - коллекция книг : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru;

4. ЭБС «BOOK.ru» - коллекция книг : сайт. – URL: http://www.book.ru;

5. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: https://www.monographies.ru/.

6. Научная электронная библиотека «eLibrary.ru» : сайт. – URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp.

7. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на русском языке): «Издания по общественным и гуманитарным наукам»; «Статистические издания России и стран СНГ»; «Издания по педагогике и образованию»; «Издания по информационным технологиям»] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.

8. Федеральная информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) : сайт. - URL: http://fcior.edu.ru.

10. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. – URL: http://school-collection.edu.ru.

11. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru/.

12. Энциклопедиум : Энциклопедии. Словари. Справочники // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

13. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.128.113/marcweb/index.asp.

14. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: http://www.consultant.ru (доступ в локальной сети филиала).

15. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: http://www.lexed.ru.

16. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования [дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное] : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

17. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. – URL: http://www.gramota.ru

18. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

19. Словарь финансовых и юридических терминов [полнотекстовый ресурс свободного доступа] // КонсультантПлюс : справочно-правовая система : сайт. – URL: http://www.consultant.ru/law/ref/ju_dict

20. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

21. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования : сайт. – URL: http://elibrary.ru.

22. Web of Sciense (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: http://webofknowledge.com.

23. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

24. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. - URL: https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270

25. Научная педагогическая электронная библиотека [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: http://elib.gnpbu.ru/.

26. Библиографические базы данных Института научной информации по общественным наукам Российской академии наук (ИНИОН РАН) [политематический ресурс открытого доступа]. – URL: http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/

27. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» / ИД «Первое сентября». – URL: https://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/

28. Лаборатория педагогического мастерства. – URL: https://nsportal.ru/lpm

29. Инфоурок : образовательный портал. – URL: https://infourok.ru/

30 metod-kopilka.ru : библиотека методических материалов для учителя. – URL: https://www.metod-kopilka.ru/

31. Обучонок. Обучающие программы и исследовательские работы учащихся. – URL: http://obuchonok.ru/

32. Лаборатория гуманной педагогики. – URL: https://nsportal.ru/gp

8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

№	Вид работ	Наименование учебной аудитории, ее оснащенность оборудованием и техническими средствами обучения
1	Лекционные занятия	Учебная аудитория для проведения занятий

		лекционного типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
2	Семинарские занятия	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
3	Лабораторные занятия	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
4	Групповые (индивидуальные) консультации	Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
5	Текущий контроль (текущая аттестация)	Учебная аудитория для проведения текущего контроля, оснащенный персональными ЭВМ и соответствующим программным обеспечением (ПО)
6	Самостоятельная работа	Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет»,программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду филиала университета. Читальный зал библиотеки филиала.