

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта

**УТВЕРЖДАЮ:**
Директор института
 **Гадалов А.В.**
«»  **2021** г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

направление подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

профиль подготовки

Адаптивное физическое воспитание

г. Владимир

2021

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Физическая реабилитация» являются: сформировать общее представление о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Дать определение физической реабилитации, обозначить ее задачи, основные принципы и средства. Рассмотреть особенности физической реабилитации при различных заболеваниях органов и систем человека, познакомить с методами исследования эффективности восстановительного процесса.

Задачи изучения дисциплины «Физическая реабилитация»:

- Изучить физиологические особенности организма во время применения физической реабилитации;
- Оценивать соответствие физических нагрузок, применяемых в физической реабилитации функциональному состоянию организма человека.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «физической реабилитации» относится к обязательной части.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	ОПК-8.1. Знает основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста при различных видах инвалидности; психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет использовать различные методики физической реабилитации, дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; оценивать их эффективность; ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, провести консультирование в рамках физической реабилитации. Пользоваться физиотерапевтическим оборудованием.	Знает основные понятия физической реабилитации; характеристики двигательных действий человека и методы их измерения; особенности обмена веществ во время применения лечебной физической культуры; характеристики техники и ее анализ. Умеет проводить занятия по физической реабилитации, процедуры; используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека. Владеет приемами подбора двигательных	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа

	ОПК-8.3. Владеет навыками применения профессиональной терминологии; методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей.	действий; способами интерпретации полученной информации при оценке сформированных двигательных действий.	
ОПК-9. Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-9.1 Знает функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм. ОПК-9.2. Умеет формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; дифференцированно назначать средства реабилитации, корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности с учетом индивидуальных особенностей. ОПК-9.3. Владеет способами создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Знает характеристики техники и ее анализ; осуществляет контроль лечебных двигательных действий, технические средства и методики применения. Умеет, используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека. Владеет знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий с людьми разного возраста; методами получения биомеханических характеристик двигательных действий.	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа
ОПК-10. Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на	ОПК-10.1 Знает факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания. ОПК-10.2 Умеет определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия. ОПК-10.3 Владеет практическим	Знает методические приемы проведения уроков физической реабилитации, особенности обмена веществ во время применения лечебной физической культуры. Умеет формулировать конкретные задачи и находить пути их	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа

<p>человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)</p>	<p>применением физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).</p>	<p>решения; осуществлять измерения, проводить оценку и биомеханический контроль показателей двигательных действий. Владеет знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий.</p>	
--	--	---	--

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа

Тематический план

форма обучения – заочная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости и, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая реабилитация, ее задачи и основные принципы.	9	1-2	1	1			11	
2	Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы. Средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания	9	3-4		1			11	
3	Физическая реабилитация при отдельных заболеваниях бронхолегочной системы.	9	5-6	1	1			11	Рейтинг-контроль 1
4	Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Основные	9	7-8	1	1			11	

	причины и симптомы заболеваний органов кровообращения. Средства физической реабилитации.								
5	Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения. Основные причины и симптомы заболеваний и дисфункций органов пищеварения. Средства физической реабилитации.	9	9-10	1	1			11	
6	Основные клинические данные о заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Средства физической реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей	9	11-12	1	1			11	Рейтинг-контроль 2
7	Основные клинические данные о нарушениях обмена веществ. Средства физической реабилитации при нарушениях обмена веществ.	9	13-14	1				11	
8	Средства физической реабилитации в акушерстве и гинекологии.	9	15-16	1	1			11	
9	Средства физической реабилитации в разных возрастных группах.	9	17-18	1	1			13	Рейтинг-контроль 3
Всего за 9 семестр:				8	8			101	Экзамен, 27 ч.
Итого по дисциплине				8	8			101	Экзамен, 27 ч.

**Тематический план
форма обучения – заочная на базе ВПО**

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая	5	1-2	1	1			12	

	реабилитация, ее задачи и основные принципы.								
2	Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы. Средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания	5	3-4		1			12	
3	Физическая реабилитация при отдельных заболеваниях бронхо-легочной системы.	5	5-6	1				12	Рейтинг-контроль 1
4	Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Основные причины и симптомы заболеваний органов кровообращения. Средства физической реабилитации.	5	7-8		1			12	
5	Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения. Основные причины и симптомы заболеваний и дисфункций органов пищеварения. Средства физической реабилитации.	5	9-10	1				12	
6	Основные клинические данные о заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Средства физической реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей	5	11-12		1			12	Рейтинг-контроль 2
7	Основные клинические данные о нарушениях обмена веществ. Средства физической реабилитации при нарушениях обмена веществ.	5	13-14	1				12	
8	Средства физической реабилитации в акушерстве и гинекологии.	5	15-16		1			12	
9	Средства физической реабилитации в разных возрастных группах.	5	17-18		1			11	Рейтинг-контроль 3
Всего за 5 семестр:				4	6			107	Экзамен, 27 ч.
Итого по дисциплине				4	6			107	Экзамен, 27 ч.

**Тематический план
форма обучения – заочная на базе СПО**

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая реабилитация, ее задачи и основные принципы.	5	1-2	1				11	
2	Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы. Средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.	5	3-4		1			11	
3	Физическая реабилитация при отдельных заболеваниях бронхо-легочной системы.	5	5-6	1				11	Рейтинг-контроль 1
4	Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Основные причины и симптомы заболеваний органов кровообращения. Средства физической реабилитации.	5	7-8		1			11	
5	Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения. Основные причины и симптомы заболеваний и дисфункций органов пищеварения. Средства физической реабилитации.	5	9-10	1				11	
6	Основные клинические данные о заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Средства физической реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.	5	11-12		1			11	Рейтинг-контроль 2

7	Основные клинические данные о нарушениях обмена веществ. Средства физической реабилитации при нарушениях обмена веществ.	5	13-14	1			11	
8	Средства физической реабилитации в акушерстве и гинекологии.	5	15-16				11	
9	Средства физической реабилитации в разных возрастных группах.	5	17-18		1		13	Рейтинг-контроль 3
Всего за 5 семестр:				4	4		109	Экзамен, 27 ч.
Итого по дисциплине				4	4		109	Экзамен, 27 ч.

Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1 Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая реабилитация, ее задачи и основные принципы.

Содержание темы.

Определение здоровья и здорового образа жизни. Принципы и составляющие здорового образа жизни. Определение реабилитации, ее основная цель. Виды реабилитации и их цели. Определение физической реабилитации. Объект и субъект реабилитации. Задачи физической реабилитации и ее основные принципы.

Тема 2 Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы. Средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.

Содержание темы.

Строение дыхательной системы. Этапы и типы дыхания. Основные физиологические показатели системы дыхания. Физические упражнения, виды массажа, механо- и трудотерапия, естественные факторы природы как основные средства физической реабилитации. Использование других физических факторов в пульмонологии.

Тема 3 Физическая реабилитация при отдельных заболеваниях бронхо-легочной системы.

Содержание темы.

Основные клинические данные (классификация, этиология, клиническая картина, лечение и профилактика) о заболеваниях органов дыхания: бронхит, пневмония, плеврит, бронхиальная астма, эмфизема легких, абсцесс легкого, пневмоконииозы. Физическая реабилитация при данных заболеваниях.

Тема 4 Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Основные причины и симптомы заболеваний органов кровообращения. Средства физической реабилитации.

Содержание темы.

Строение и основные физиологические данные о сердечно-сосудистой системе. Основные причины заболеваний системы кровообращения. Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Тема 5 Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения. Основные причины и симптомы заболеваний и дисфункций органов пищеварения. Средства физической реабилитации.

Содержание темы.

Строение и основные физиологические данные о системе органов пищеварения. Основные причины заболеваний системы органов пищеварения. Основные симптомы заболеваний системы органов пищеварения.

Тема 6 Основные клинические данные о заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Средства физической реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Содержание темы.

Основные клинические данные (классификация, этиология, клиническая картина, лечение и профилактика) о заболеваниях почек и мочевыводящих путей: пиелонефрит, гломерулонефрит, мочекаменная болезнь. Характеристика средств физической реабилитации, применяемых при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Тема 7 Основные клинические данные о нарушениях обмена веществ. Средства физической реабилитации при нарушениях обмена веществ.

Содержание темы.

Основные клинические данные (классификация, этиология, клиническая картина, лечение и профилактика) о нарушениях обмена веществ: ожирение, сахарный диабет, подагра. Характеристика средств физической реабилитации, применяемых при нарушениях обмена веществ.

Тема 8 Средства физической реабилитации в акушерстве и гинекологии.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез в акушерстве и гинекологии. Задачи занятий физической реабилитации, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 9 Средства физической реабилитации в разных возрастных группах.

Содержание темы.

Возрастная периодизация и соответствие подобранных средств и методов проведения различных форм физической реабилитации возрастным особенностям. Методические особенности проведения физической реабилитации с детьми 1-го года жизни, 2-го, 3-го годов жизни, старшего дошкольного возраста, младшего, среднего, старшего школьного возраста.

Содержание практических занятий по дисциплине

Тема 1 Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая реабилитация, ее задачи и основные принципы.

Содержание практических занятий.

Характеристика групп средств физической реабилитации.

Оценка степени восстановления по 4-хбальной шкале. Шкала динамики восстановления и возможных исходов заболеваний и оценка функциональных возможностей пациента.

Тема 2 Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы. Средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.

Содержание практических занятий.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи лечебной физкультуры при заболеваниях органов дыхания. Противопоказания к назначению физической реабилитации. Специальные физические упражнения.

Клинические и параклинические методы исследования эффективности процесса реабилитации при заболеваниях органов дыхания.

Тема 3 Физическая реабилитация при отдельных заболеваниях бронхо-легочной системы.

Содержание практических занятий.

Основные клинические данные (классификация, этиология, клиническая картина, лечение и профилактика) о заболеваниях органов дыхания: бронхит, пневмония, плеврит, бронхиальная астма, эмфизема легких, абсцесс легкого, пневмокониозы. Физическая реабилитация при данных заболеваниях.

Тема 4 Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Основные причины и симптомы заболеваний органов кровообращения. Средства физической реабилитации.

Содержание практических занятий.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи лечебной физкультуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Противопоказания к назначению физической реабилитации. Специальные физические упражнения.

Клинические и параклинические методы исследования эффективности процесса реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Тема 5 Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения. Основные причины и симптомы заболеваний и дисфункций органов пищеварения. Средства физической реабилитации.

Содержание практических занятий.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи лечебной физкультуры при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварения. Противопоказания к назначению физической реабилитации. Специальные физические упражнения.

Клинические и параклинические методы исследования эффективности процесса реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварения.

Тема 6 Основные клинические данные о заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Средства физической реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Содержание практических занятий.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи лечебной физкультуры при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Противопоказания к назначению физической реабилитации. Специальные физические упражнения.

Клинические и параклинические методы исследования эффективности процесса реабилитации при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Тема 7 Основные клинические данные о нарушениях обмена веществ. Средства физической реабилитации при нарушениях обмена веществ.

Содержание практических занятий.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи лечебной физкультуры при нарушениях обмена веществ. Противопоказания к назначению физической реабилитации. Специальные физические упражнения.

Клинические и параклинические методы исследования эффективности процесса реабилитации при нарушениях обмена веществ.

Тема 8 Средства физической реабилитации в акушерстве и гинекологии.

Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения физической реабилитации во время беременности по триместрам, беременности с различной патологией и гинекологических заболеваниях.

Тема 9 Средства физической реабилитации в разных возрастных группах.

Содержание практических занятий.

Методические особенности проведения физической реабилитации с пациентами среднего возраста, пожилыми людьми, в старческом возрасте и с долгожителями.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ 5,9 СЕМЕСТР

5.1. Текущий контроль успеваемости

**Рейтинг-контроль 1
Контрольная работа**

Вариант 1

1. Понятия о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации. Физическая реабилитация,

ее задачи и основные принципы.

2. Физиологические механизмы и влияние физических упражнений на организм человека.
3. Шкала динамики восстановления и возможных исходов заболеваний и оценка функциональных возможностей пациента.

Вариант 2

1. Средства физической реабилитации. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления.

2. Определение здоровья и здорового образа жизни. Принципы и составляющие здорового образа жизни. Определение реабилитации, ее основная цель. Виды реабилитации и их цели. Определение физической реабилитации.

3. Объект и субъект реабилитации. Задачи физической реабилитации и ее основные принципы.

Рейтинг-контроль 2

Тест-контроль

1 К видам здоровья относят:

- а) соматическое;
- б) физическое;
- в) физиологическое;
- г) психическое;
- д) психофизиологическое;
- е) нравственное.

2 Здоровье человека зависит от следующих факторов:

- а) наследственности;
- б) экологии;
- в) состояния здравоохранения;
- г) вида профессиональной деятельности;
- д) образа жизни.

3 Понятие здорового образа жизни (ЗОЖ) включает в себя:

- а) уровень жизни;
- б) качество жизни;
- в) отсутствие вредных привычек;
- г) стиль жизни;
- д) занятия спортом.

4 В основе ЗОЖ лежат принципы:

- а) биологические;
- б) функциональные;
- в) социальные;
- г) рациональные.

5 Составляющие ЗОЖ:

- а) оптимальный двигательный режим;
- б) отказ от вредных привычек;
- в) рациональное питание;
- г) полный покой;
- д) закаливание;
- е) положительные эмоции.

6 К уровням здоровья относят:

- а) физический;
- б) нравственный;
- в) энергетический;
- г) сознательно-бессознательный;
- д) психофизический.

7 Составляющие здоровья (триада) это:

- а) движение;
- б) мышление;
- в) экология;
- г) питание.

8 К видам реабилитации относят:

- а) медицинскую;
- б) социальную;
- в) профессиональную;
- г) психофункциональную.

9 Принципы реабилитации следующие:

- а) раннее начало проведения реабилитационных мероприятий;
- б) непрерывность и преемственность;
- в) комплексный характер реабилитации;
- г) индивидуальный подход к больному;
- д) узкий круг показаний и противопоказаний к реабилитации;
- е) социальная направленность мероприятий;
- ж) возвращение больных и инвалидов к общественно-полезному труду;
- з) использование методов контроля за эффективностью реабилитации.

10 Этапы реабилитации:

- а) специализированная скорая помощь;
- б) специализированный стационар;
- в) специальная функциональная кровать;
- г) специализированный реабилитационный центр;
- д) поликлиническое реабилитационное отделение.

11 Реабилитация как оздоровительный метод руководствуется следующими правилами:

- а) установка точного диагноза, тяжести состояния больного и степени функциональных расстройств;
- б) определиться с показаниями и противопоказаниями к использованию различных средств реабилитации;
- в) реабилитационные мероприятия должны быть направлены на повышение общего тонуса организма и решать частные задачи по восстановлению нарушенных функций органов;
- г) реабилитация – сугубо индивидуальный процесс, зависящий от реальных возможностей и условий человека;

Рейтинг 3

Тест-контроль

1 Этапы восстановления двигательных навыков:

- а) первый – этап усвоения заданных движений;
- б) второй – анализ движений и контроль за их выполнениями со стороны ЦНС;
- в) третий – формирование двигательного рефлекса на выполнение упражнений, снижение контроля ЦНС за выполнением движений.
- г) четвертый – «автоматизация» двигательного рефлекса.

2 При составлении комплекса упражнений урока физической реабилитации необходимо указывать:

- а) общие сведения о занимающихся: пол, возраст, специальность, состояние здоровья и физическую подготовку;
- б) порядковый номер упражнения;
- в) исходное положение (ИП);
- г) содержание упражнения и количество их повторений;
- д) особенности ритма дыхания при выполнении упражнения;
- е) эмоциональный компонент занятия;
- ж) темп выполнения упражнения.

- 3 Методика исследования больных, занимающихся физической реабилитацией учитывает:
- а) данные измерения длины тела, конечностей;
 - б) силу кисти (динамометрические показатели);
 - в) становую силу;
 - г) тонус мышц (объем, рельеф, упругость);
 - д) диаметр грудной клетки и ЖЕЛ;
 - е) окружность живота и степень жировоголожения;
 - ж) мышечную массу.
- 4 При заболеваниях кардиореспираторной системы используются следующие пробы:
- а) Штанге и Генча;
 - б) Розенталя;
 - в) Лебедева;
 - г) индекс Скибинского;
 - д) Спилберга;
 - е) Кверга;
 - ж) Руффье и индекс Руффье-Диксона.
- 5 При заболеваниях кардиореспираторной и нервной систем применяют пробы:
- а) ортостатическую;
 - б) клино-ортостатическую;
 - в) глазосердечный рефлекс Ашнера;
 - г) Кремптона;
 - д) Ромберга и пальценосовая;
 - е) тест Яроцкого;
 - ж) тест Креппелина;
 - з) теппинг-тест.
- 6 В основе организации службы физической реабилитации стоит:
- а) врачебно-физкультурный диспансер;
 - б) лечебно-профилактические учреждения (ЛПУ);
 - в) отделения в реабилитационных центрах.
- 7 В центрах реабилитации ЛПУ должны быть:
- а) врач;
 - б) педагог;
 - в) психолог;
 - г) реабилитолог;
 - д) дерматолог.
- 8 Требования к кабинетам физической реабилитации в условиях стационара:
- а) максимально приближены к палатам больных;
 - б) располагаться недалеко от перевязочной и рядом с физиотерапевтическим кабинетом;
 - в) быть просторным для проведения групповых занятий;
 - г) оборудован массажным столом или кушеткой.
- 9 Программа физической нагрузки на различных этапах реабилитации включает:
- а) простоту и доступность в объяснении и выполнении упражнений;
 - б) отсутствие сложного оборудования;
 - в) индивидуальность при дозировке величины нагрузки;
 - г) возможность использования при рекреации и реабилитации;
 - д) отсутствие контроля за занимающимися.
- 10 Группы динамического наблюдения за занимающимися физической реабилитацией подразделяются:
- а) первая – не предъявляющие жалоб;
 - б) вторая – практически здоровые с факторами риска;
 - в) третья – хронические больные с компенсированными формами заболевания;

г) четвертая – хронические больные в стадии клинической субкомпенсации;

д) пятая – хронические больные в стадии декомпенсации.

11 Распределить по вышеназванным (четырем) группам занимающихся физической реабилитацией следующие виды двигательных режимов и характер физической нагрузки:

а) режим поддержания спортивного долголетия; повышение функциональных возможностей

б) режим общей физической подготовки и разностороннее развитие физиологических функций

в) реабилитационный (восстановительный) направлен на восстановление здоровья после заболевания, травмы. ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ в соответствии с диагнозом

г) тренировочный с постепенным наращиванием нагрузок в целях увеличения функциональных возможностей организма.

5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (ЭКЗАМЕН).

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

5,9 СЕМЕСТР

1 Определение здоровья и здорового образа жизни. Зависимость здоровья от различных факторов.

2 Принципы и составляющие здорового образа жизни.

3 Понятие о реабилитации, ее виды и цели.

4 Основные принципы реабилитации. Этапы процесса реабилитации, задачи каждого этапа.

5 Объект и субъект реабилитации. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления.

6 Понятие о физической реабилитации.

7 Средства физической реабилитации.

8 Определение двигательной активности и физического упражнения. Понятие о движении и гиподинамии.

9 Определение кинезотерапии и физической реабилитации. Какое понятие шире? Роль и место физической реабилитации в системе реабилитации.

10 Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы.

11 Перечислите средства физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.

12 Дайте характеристику основному средству физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания – физическим упражнениям.

13 Дайте характеристику массажу как средству физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.

14 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: механотерапия, трудотерапия.

15 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: ЕФП, физиотерапия.

16 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: фитотерапия, рефлексотерапия, цветотерапия.

17 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: мануальная терапия, диетотерапия, санаторно-курортное лечение.

18 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: арттерапия, зоотерапия, психорегулирующие средства.

19 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: механизмы лечебного действия физических упражнений.

20 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: задачи лечебной физкультуры.

21 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: противопоказания к назначению лечебной физкультуры.

22 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: характеристика дыхательных упражнений.

- 23 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: способы воздействия на фазы вдоха и выдоха.
- 24 Особенности физической реабилитации в пульмонологии: вентиляция различных отделов легких.
- 25 Дайте характеристику вида массажа и метода физической реабилитации, которые применяются при вялотекущих заболеваниях органов дыхания.
- 26 Перечислите частные методики дыхательной гимнастики, дайте краткую характеристику каждой методике.
- 27 Перечислите методы исследования в пульмонологии, дайте краткую характеристику каждому методу.
- 28 Перечислите заболевания бронхолегочной системы, дайте определение каждому из них, укажите имеющиеся у данных заболеваний классификации.
- 29 Бронхит: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при бронхите.
- 30 Пневмония: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при пневмонии.
- 31 Плеврит: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при плеврите.
- 32 Бронхоэктатическая болезнь: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при бронхоэктатической болезни.
- 33 Бронхиальная астма: определение, классификация, этиология, патогенез, клиническая картина, осложнения, лечение. Помощь при приступе. Физическая реабилитация при бронхиальной астме.
- 34 Пневмокониоз: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при пневмокониозе.
- 35 Эмфизема легких: определение, классификация, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при эмфиземе легких.
- 36 Абсцесс легкого: определение, этиология, клиническая картина, осложнения, лечение. Физическая реабилитация при абсцессе легкого.
- 37 Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы.
- 38 Основные причины заболеваний системы кровообращения.
- 39 Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы.
- 40 Перечислите средства физической реабилитации при заболеваниях органов кровообращения.
- 41 Дайте характеристику основному средству физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – физическим упражнениям.
- 42 Дайте характеристику массажу как средству физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
- 43 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: механотерапия, трудотерапия.
- 44 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: ЕФП, физиотерапия.
- 45 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: фитотерапия, диетотерапия, санаторно-курортное лечение.
- 46 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: арттерапия, зоотерапия, психорегулирующие средства.
- 47 Перечислите заболевания сердечно-сосудистой системы, дайте определение каждому из них, укажите имеющиеся у данных заболеваний классификации.
- 48 Гипертоническая болезнь: определение, классификация, этиология, клиническая картина, лечение, помощь при гипертоническом кризе. Физическая реабилитация при гипертонической болезни.

- 49 Гипотоническая болезнь: определение, классификация, этиология, клиническая картина, лечение, физическая реабилитация.
- 50 Атеросклероз: определение, этиология, классификация, клиническая картина, лечение и профилактика. Физическая реабилитация при атеросклерозе.
- 51 Ишемическая болезнь сердца: определение, классификация, этиология, клиническая картина, лечение и профилактика. Физическая реабилитация при ИБС.
- 52 Инфаркт миокарда: определение, этиология, клинические формы и основные симптомы, лечение и неотложная помощь. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда.
- 53 Стенокардия: определение, этиология, клиническая картина, помощь при приступе, лечение. Физическая реабилитация при стенокардии.
- 54 Пороки сердца: этиология, виды пороков, клиника, лечение. Особенности физической реабилитации.
- 55 Понятие о ревматизме. Особенности физической реабилитации.
- 56 Сердечная недостаточность: определение, этиология, степени и их клинические проявления. Особенности физической реабилитации.
- 57 Понятие о варикозном расширении вен. Особенности физической реабилитации.
- 58 Анатомо-физиологические особенности системы пищеварения: перечислите основные органы, дайте краткую характеристику основным функциям.
- 59 Перечислите заболевания органов пищеварения, дайте определение каждому из них, укажите имеющиеся у данных заболеваний классификации.
- 60 Перечислите функциональные нарушения органов пищеварения, дайте определение каждому из них, укажите имеющиеся классификации у данных дисфункциональных состояний.
- 61 Общие клинические данные о заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы: основные причины, ведущие симптомы, лечение.
- 62 Перечислите средства физической реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы.
- 63 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы: физические упражнения, массаж.
- 64 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы: механотерапия, трудотерапия, ЕФП.
- 65 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы: диетотерапия, физиотерапия.
- 66 Дайте характеристику следующим средствам физической реабилитации при заболеваниях и дисфункциях органов пищеварительной системы: фитотерапия, санаторно-курортное лечение.

5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

Темы рефератов

1. Физическая реабилитация при бронхите.
2. Физическая реабилитация при пневмонии.
3. Физическая реабилитация при плеврите.
4. Физическая реабилитация при бронхоэктатической болезни.
5. Физическая реабилитация при бронхиальной астме.
6. Физическая реабилитация при пневмокониозе.
7. Физическая реабилитация при эмфиземе легких.
8. Физическая реабилитация при абсцессе легкого.
9. Физическая реабилитация при гипертонической болезни.
10. Физическая реабилитация при гипотонической болезни.
11. Физическая реабилитация при атеросклерозе.
12. Физическая реабилитация при ИБС.
13. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда.

14. Физическая реабилитация при стенокардии.
15. Физическая реабилитация при пороках сердца.
16. Физическая реабилитация при ревматизме.
17. Физическая реабилитация при сердечной недостаточности.
18. Физическая реабилитация при варикозном расширении вен.
19. Физическая реабилитация при гастритах.
20. Физическая реабилитация при язвенной болезни.
21. Физическая реабилитация при холецистите.
22. Физическая реабилитация при желчнокаменной болезни.
23. Физическая реабилитация при дискинезии желчевыводящих путей.
24. Физическая реабилитация при дискинезии кишечника.
25. Физическая реабилитация при спланхоптозе.
26. Физическая реабилитация при пиелонефрите.
27. Физическая реабилитация при гломерулонефрите.
28. Физическая реабилитация при мочекаменной болезни.
29. Физическая реабилитация при ожирении.
30. Физическая реабилитация при сахарном диабете.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература		
1. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 656 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-4257-9	2017	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970442579.html
2. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 528 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3757-5	2016	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437575.html
3. Ерёмускин, М.А. Классический массаж: учебник / под ред. М. А. Ерёмускина. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 448 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3947-0	2016	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970439470.html
Дополнительная литература		
1 Миронов, С.П. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5	2013	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html

2. Абрашина, Н.А. Лечебный и профилактический массаж для детей с нарушениями развития [Электронный ресурс] / Абрашина Н.А. - М.: ФЛИНТА, 2016. - 201 с. - ISBN 978-5-9765-0765-4	2016	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976507654.html
3. Стельмашонок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, и лечебной физкультуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.А. Стельмашонок, Н.В. Владимирова - Минск : РИПО, 2015. - 328 с. - ISBN 978-985-503-531-3	2015	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789855035313.html

6.2. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура
2. Вестник восстановительной медицины
3. Вестник спортивной науки
4. Культура физическая и здоровье
5. Теория и практика физической культуры
6. Физическая культура в школе
7. Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка

6.3. Интернет-ресурсы

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>
2. Справочно-информационные источники <http://www.schooi.edu.ru>
3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teoriya.ru>
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) <http://ihtik.lib.ru>
6. Российский гуманитарный Интернет- университет <http://www.vusnet.ru/biblio>
7. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) <http://www.sportedu.ru>
8. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма <http://www.akademsport.smolensk.ru>
9. Журналы:
 - «Теория и практика физической культуры» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
 - «Спорт для всех (архив)» <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
 - «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лабораторные работы проводятся в кабинете «ЛФК и спортивной медицины».

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3.9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013.

Рабочую программу составила: к.б.н., доцент Косцова Е. В. 

(ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя)

ГБУЗ ВО «Областной центр ЛФК и СМ», главный врач Киселев В.О. 

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е. 

(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена

на заседании учебно-методической комиссии направления 49.03.01, 49.03.02

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Председатель комиссии Батоцыренова Т.Е. 

(ФИО, должность, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочую программу дисциплины

НАИМЕНОВАНИЕобразовательной программы направления подготовки *код и наименование ОП*, направленность:
наименование (указать уровень подготовки)

Номер изменения	Внесены изменения в части/разделы рабочей программы	Исполнитель ФИО	Основание (номер и дата протокола заседания кафедры)
1			
2			

Заведующий кафедрой _____ / _____

*Подпись**ФИО*