

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



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-
двигательного аппарата»

направление подготовки / специальность

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

направленность (профиль) подготовки

Адаптивная физическая воспитание

г. Владимир

2022

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: Ознакомление студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и практикой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями, сформировать необходимые знания, умения, навыки, психологическую готовность к работе с данной категорией населения.

Задачи изучения дисциплины «Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата»:

- Изучить и обеспечить формирование у студентов самостоятельности при использовании физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- Ознакомить студентов с современными технологиями физкультурно-спортивной деятельности инвалидов, материально-техническим оснащением занятий адаптивной физической культурой.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

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	
ПК-1. Способен осуществлять отбор инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	<p>ПК-1.1. Знает медицинские, возрастные и психофизические требования к инвалидам, лицам с ОВЗ, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций.</p> <p>ПК-1.2. Умеет организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно-двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности.</p> <p>ПК-1.3. Владеет методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленных</p>	<p>Знает характеристики двигательных действий человека и методы их измерения; особенности обмена веществ во время применения адаптивной физической культуры и ее анализ.</p> <p>Умеет проводить занятия по АФК, используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека; формулировать конкретные задачи и находить пути их решения;</p> <p>осуществлять измерения, проводить оценку и биомеханический контроль показателей двигательных действий.</p> <p>Владеет приемами подбора двигательных действий; способами интерпретации полученной информации при оценке сформированных двигательных действий;</p>	<p>Тестовые вопросы</p> <p>Ситуационные задачи</p> <p>Практико-ориентированное задание</p> <p>Глоссарий</p> <p>Контрольная работа</p>

	<p>на этап начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья.</p>	<p>знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий.</p>	
<p>ПК-2. Способен к развитию у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном виде адаптивного спорта</p>	<p>ПК-2.1. Знает методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). ПК-2.2 Умеет выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; использовать технические средства, методики и приемы физической помощи для обучения занимающихся двигательным действиям, развития и совершенствования качеств и способностей, значимых в виде (спортивной дисциплине) адаптивного спорта. ПК-2.3. Владеет способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и</p>	<p>Знает методические приемы проведения уроков АФК, особенности обмена веществ во время применения физической культуры; может осуществлять контроль лечебных двигательных действий, технические средства и методики применения. Умеет используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека; формулировать конкретные задачи и находить пути их решения при изучении нозологических форм человека. Владеет знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий с людьми разного возраста; методами получения биомеханических характеристик двигательных действий.</p>	<p>Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа</p>

	особенностям влияния физической культуры на организм человека, истории и правилам адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).		
ПК-3. Способен к планированию и контролю результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	ПК-3.1. Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта. ПК-3.2. Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения). ПК-3.3. Владеет способами составления проекта годового плана тренировочного процесса для групп начальной подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	Знает теоретические основы использования физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья; основные патологии опорно-двигательного аппарата; основные методы коррекции и реабилитации опорно-двигательного аппарата. Умеет правильно подбирать методы коррекции и реабилитации; необходимыми умениями и навыками работы с данной категорией лиц. формулировать особенности физиологических состояний человеческого организма; используя знания физиологических закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека. Владеет методами коррекции и реабилитации; способами профилактики заболеваний. физиологическими знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий с людьми разного возраста; знаниями о физиологических закономерностях функционирования человеческого организма при различных условиях; знаниями о химической природе, структуре, биологических и физиологических особенностях протекания основных процессов в организме человека.	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа

Раздел 2									
1	Восстановительное лечение при врожденных деформациях опорно-двигательного аппарата	8	1-2	1				7	
2	Восстановительное лечение при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения	8	3-4		1			7	
3	Понятие о детском церебральном параличе. Двигательная реабилитация детей с ДЦП	8	5-6	1	1		1	7	Рейтинг-контроль 1
4	Восстановительное лечение при деформациях на почве воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника	8	7-8		1			7	
5	Применение физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвоночный остеохондроз и деформирующий спондилез)	8	9-10	1	1		1	7	
6	Клинические особенности остеохондроза. Методика применения физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника	8	11-12		1		1	7	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА	8	13-14	1	1		1	7	
8	Массаж в травматологии и ортопедии	8	15-16	1	1			7	
9	Оборудование для проведения восстановительного лечения. Восстановительное лечение при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата	8	17-18	1	1		1	11	Рейтинг-контроль 3
Всего за 8 семестр:				6	8			67	Экзамен, 27 ч
Итого по дисциплине				12	16			161	Экзамен, 27 ч.

Раздел 2									
1	Восстановительное лечение при врожденных деформациях опорно-двигательного аппарата	6	1-2	1				8	
2	Восстановительное лечение при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения	6	3-4		1			8	
3	Понятие о детском церебральном параличе. Двигательная реабилитация детей с ДЦП	6	5-6		1		1	8	Рейтинг-контроль 1
4	Восстановительное лечение при деформациях на почве воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника	6	7-8		1			8	
5	Применение физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвоночный остеохондроз и деформирующий спондилез)	6	9-10	1	1		1	8	
6	Клинические особенности остеохондроза. Методика применения физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника	6	11-12		1		1	8	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА	6	13-14		1		1	8	
8	Массаж в травматологии и ортопедии	6	15-16	1				8	
9	Оборудование для проведения восстановительного лечения. Восстановительное лечение при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата	6	17-18	1			1	7	Рейтинг-контроль 3
Всего за 6 семестр:				4	6			71	Экзамен, 27 ч
Итого по дисциплине				8	12			169	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		
Раздел 1									
1	Анатомо-биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата	5	1-2	1				10	
2	Общие принципы организации восстановительного лечения и особенности методики лечебного применения физических упражнений при травмах и ортопедических заболеваниях	5	3-4		1			10	
3	Восстановительное лечение при повреждениях верхних конечностей	5	5-6	1			1	10	Рейтинг-контроль 1
4	Восстановительное лечение при переломах позвоночника	5	7-8		1		1	10	
5	Восстановительное лечение при переломах костей таза	5	9-10				1	10	
6	Восстановительное лечение при повреждениях нижних конечностей	5	11-12		1		1	10	Рейтинг-контроль 2
7	Восстановительное лечение после ампутации нижних и верхних конечностей	5	13-14	1				12	
8	Адаптивная физкультура при нефиксированных изменениях опорно-двигательного аппарата	5	15-16		1		1	14	
9	Восстановительное лечение при статических деформациях опорно-двигательного аппарата	5	17-18	1				14	Рейтинг-контроль 3
Всего за 5 семестр:					4	4		100	Зачет оценкой с

Раздел 2									
1	Восстановительное лечение при врожденных деформациях опорно-двигательного аппарата	6	1-2	1				8	
2	Восстановительное лечение при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения	6	3-4		1			8	
3	Понятие о детском церебральном параличе. Двигательная реабилитация детей с ДЦП	6	5-6				1	8	Рейтинг-контроль 1
4	Восстановительное лечение при деформациях на почве воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника	6	7-8		1			8	
5	Применение физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвонковый остеохондроз и деформирующий спондилез)	6	9-10	1			1	8	
6	Клинические особенности остеохондроза. Методика применения физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника	6	11-12		1		1	8	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА	6	13-14		1		1	8	
8	Массаж в травматологии и ортопедии	6	15-16	1				8	
9	Оборудование для проведения восстановительного лечения. Восстановительное лечение при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата	6	17-18	1				9	Рейтинг-контроль 3
Всего за 6 семестр:				4	4			73	Экзамен, 27 ч
Итого по дисциплине				8	8			173	Экзамен, 27 ч.

Содержание лекционных занятий по дисциплине

Раздел 1

Тема 1 Анатомо-биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата.

Содержание темы.

Построение методики восстановительного лечения при травме и заболеваниях органов движения, выбор физических упражнений, обладающих наибольшей терапевтической эффективностью, большое значение знания некоторых основных анатомо-биомеханических закономерностей, характерных для функций опорно-двигательного аппарата.

Тема 2 Общие принципы организации восстановительного лечения и особенности методики лечебного применения физических упражнений при травмах и ортопедических заболеваниях.

Содержание темы.

Обоснование механизмов лечебного действия физических упражнений: тонизирующего влияния, трофического действия, формирование компенсаций и нормализация функций. Средства лечебной физической культуры: физические упражнения; природные факторы (солнце, воздух, вода); лечебный массаж; двигательный режим, дополнительные средства: трудотерапия и механотерапия.

Тема 3 Восстановительное лечение при повреждениях верхних конечностей

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез вывихов и переломов верхних конечностей.

Тема 4 Восстановительное лечение при переломах позвоночника

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез переломов позвоночника. Задачи занятий АФК, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 5 Восстановительное лечение при переломах костей таза.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез переломов костей таза. Задачи занятий АФК, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 6 Восстановительное лечение при повреждениях нижних конечностей

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез, виды повреждений нижних конечностей. Задачи занятий АФК, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 7 Восстановительное лечение после ампутации нижних и верхних конечностей.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез, состояние организма после ампутации нижних и верхних конечностей. Задачи занятий АФК, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 8 Адаптивная физкультура при нефиксированных изменениях опорно-двигательного аппарата

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при нефиксированных изменениях опорно-двигательного аппарата. Задачи занятий АФК, клинко-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 9 Восстановительное лечение при статических деформациях опорно-двигательного аппарата.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при фиксированных изменениях опорно-двигательного аппарата. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Раздел 2

Тема 1 Восстановительное лечение при врожденных деформациях опорно-двигательного аппарата.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при врожденных изменениях опорно-двигательного аппарата. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 2 Восстановительное лечение при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 3 Понятие о детском церебральном параличе. Двигательная реабилитация детей с ДЦП.

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при детском церебральном параличе. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 4 Восстановительное лечение при деформациях на почве воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при деформациях опорно-двигательного аппарата воспалительного и дегенеративного происхождения. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 5 Применение физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвонковый остеохондроз и деформирующий спондилез)

Содержание темы.

Клинические проявления, этиология, патогенез при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвонковый остеохондроз и деформирующий спондилез). Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 6 Клинические особенности остеохондроза. Методика применения физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника

Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов АФК при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвонковый остеохондроз и деформирующий спондилез). Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 7 Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА

Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: нарушение осанки, плоскостопие, сколиоз 1, 2, 3 степени. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 8 Массаж в травматологии и ортопедии.Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях, травмах и ортопедической патологии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 9 Оборудование для проведения восстановительного лечения. Восстановительное лечение при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата.

Содержание темы.

Оборудование, используемое в процессе восстановительного лечения травматологических и ортопедических больных, делится на: а) приспособления, используемые для проведения лечебной гимнастики; б) оборудование для проведения физических упражнений в воде; в) аппараты механотерапии; г) приспособления для выработки правильного положения тела при сидении и стоянии, а также для обучения ходьбе.

Содержание практических занятий по дисциплине**Раздел 1**Тема 1 Анатомо-биомеханические особенности опорно-двигательного аппаратаСодержание практических занятий.

Влияние физических упражнений и массажа на опорно-двигательный аппарат, анализ совершаемых движений с точки зрения характера костного рычага, через посредство которого осуществляется тяга мышц, плоскостей, в которых производятся движения, структуры отдельных движений (аналитической или комплексной). Изучение характера деятельности мышц (динамической или статической) с учетом условий их прикрепления, биомеханических особенностей, которыми отличается функция верхних конечностей, позвоночника и нижних конечностей в целом.

Тема 2 Общие принципы организации восстановительного лечения и особенности методики лечебного применения физических упражнений при травмах и ортопедических заболеваниях.

Содержание практических занятий.

Общая тренировка, оздоровление, укрепление, развитие организма больного, виды общеукрепляющих и развивающих упражнений. Специальная тренировка, виды физических упражнений, непосредственно воздействующих на область травмы, корригирующих функциональные расстройства (дыхательные упражнения). Физиологические механизмы, участвующие в патогенетическом процессе. Избирательное воздействие на функцию отдельных органов и систем, задействованных в патологическом процессе, ускорение выздоровления больного.

Тема 3 Восстановительное лечение при повреждениях верхних конечностейСодержание темы.

Средства восстановительного лечения при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата 1. Лечебная физическая культура 2. Массаж 3. Трудотерапия. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 4 Восстановительное лечение при переломах позвоночникаСодержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК в лечении состояний. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 5 Восстановительное лечение при переломах костей таза.Содержание практических занятий.

Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений. Средства, формы, методы, особенности применения.

Тема 6 Восстановительное лечение при повреждениях нижних конечностей

Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 7 Восстановительное лечение после ампутации нижних и верхних конечностей.Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 8 Адаптивная физкультура при нефиксированных изменениях опорно-двигательного аппаратаСодержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 9 Восстановительное лечение при статических деформациях опорно-двигательного аппарата.Содержание практических занятий.

Методические особенности проведения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Раздел 2Тема 1 Восстановительное лечение при врожденных деформациях опорно-двигательного аппарата.Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 2 Восстановительное лечение при деформациях опорно-двигательного аппарата паралитического происхождения.Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 3 Понятие о детском церебральном параличе. Двигательная реабилитация детей с ДЦП.Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 4 Восстановительное лечение при деформациях на почве воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника.Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 5 Применение физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночника (межпозвонковый остеохондроз и деформирующий спондилез)Содержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Тема 6 Клинические особенности остеохондроза. Методика применения физических упражнений при хронических дегенеративных заболеваниях позвоночникаСодержание практических занятий.

Средства, формы, методы, особенности применения АФК. Задачи занятий АФК, клинико-физиологическое обоснование применения общих и специальных упражнений.

Показания и противопоказания применения методов массажа при неврологических заболеваниях: остеохондроз, инсульт, неврит. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 7 Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА.

Содержание практических занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: дисплазия тазобедренного сустава, врожденная мышечная кривошея, гиперлордоз, гиперкифоз. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 8 Массаж в травматологии и ортопедии.

Содержание практических занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях, травмах и ортопедической патологии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 9 Оборудование для проведения восстановительного лечения. Восстановительное лечение при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата.

Содержание практических занятий.

Методические особенности применения оборудования в соответствии с имеющейся патологией. Показания и противопоказания к применению. Виды механического массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ,
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
СТУДЕНТОВ
5,7 СЕМЕСТР**

5.1. Текущий контроль успеваемости

Рейтинг-контроль 1

Контрольная работа 1

1. Анатомо-биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата.
2. Влияние физических упражнений и массажа на опорно-двигательный аппарат.
3. Общие принципы организации восстановительного лечения при травмах и ортопедических заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
4. Средства восстановительного лечения при травмах и ортопедических заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Рейтинг-контроль 2

Контрольная работа 2:

1. Восстановительное лечение при статических деформациях опорно-двигательного аппарата.
2. Применение физических упражнений при сколиозе.
3. Функциональная недостаточность стоп и ее предупреждение.
4. Методика применения физических упражнений при плоскостопии.

Рейтинг-контроль 3

Контрольная работа 3:

1. Применение физических упражнений при детских церебральных параличах.
2. Клинические особенности детских церебральных параличей.
3. Применение физических упражнений при полиомиелите.
4. Применений физических упражнений при деформациях на фоне воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника.

**5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины
(ЗАЧЕТ, ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ).
КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ**

5,7 СЕМЕСТР

1. Особенности метода адаптивного физического воспитания
2. Физиологические механизмы действия физических упражнений
3. Средства АФК и их характеристика
4. Характеристика физических упражнений как основного средства АФК
5. Методы проведения АФК
6. Принципы АФК
7. Особенности методики АФК
8. Массаж в травматологии и ортопедии
9. Понятие о спорте, физкультуре, оздоровительной физкультуре, АФК и кинезотерапии
10. Особенности метода АФК
11. Физиологические механизмы действия физических упражнений
12. Периоды АФК. Показания и противопоказания к АФК
13. Двигательные режимы в стационаре и санаториях, их характеристика
14. Средства АФК и их характеристика
15. Характеристика физических упражнений как основного средства АФК
16. Характеристика упражнений спортивно-прикладного характера и их роль в реабилитации
17. Механотерапия, механотерапевтические аппараты и их характеристика. Условия проведения занятий на механоаппарате (тренажере)
18. Трудотерапия, ее формы и особенности проведения. Режимы трудотерапии и их характеристика
19. Балльная оценка эффективности реабилитации
20. Естественные факторы природы, как средство реабилитации больных и инвалидов
21. Организация АФК и физической реабилитации в лечебном учреждении. Структура службы по АФК
22. Организация АФК и реабилитации в санаторно-курортных учреждениях. Документация в АФК
23. Принципы и методика назначения двигательного режима
24. Роль и виды исходных положений в АФК. Систематизация физических упражнений в АФК
25. Физиологическая и педагогическая характеристика формирования двигательного навыка в АФК.
26. Особенности применения АФК и массажа при сколиозах
27. Особенности применения АФК и массажа при артритах и артрозах
28. Движения, виды движений, физиологическое действие на организм.
29. Физиологическое действие массажа на опорно-двигательный аппарат.
30. Физиологическое действие массажа на мышечную систему.
31. Разновидности, особенности и физиологическое значение финских приемов в технике классического массажа при повреждениях верхних конечностей.
32. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц шеи.
33. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц спины.
34. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц таза.
35. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц нижних конечностей.

36. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц верхнего плечевого пояса.
37. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа при повреждениях мышц верхних конечностей.

5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

Темы рефератов

1. Понятие о спорте, физкультуре, оздоровительной физкультуре, АФК и кинезотерапии
2. Особенности метода АФК
3. Физиологические механизмы действия физических упражнений
4. Периоды АФК. Показания и противопоказания к АФК
5. Двигательные режимы в стационаре и санаториях, их характеристика
6. Средства АФК и их характеристика
7. Характеристика физических упражнений как основного средства АФК
8. Характеристика упражнений спортивно-прикладного характера и их роль в реабилитации
9. Механотерапия, механотерапевтические аппараты и их характеристика. Условия проведения занятий на механоаппарате (тренажере)
10. Трудотерапия, ее формы и особенности проведения. Режимы трудотерапии и их характеристика
11. Балльная оценка эффективности реабилитации
12. Естественные факторы природы, как средство реабилитации больных и инвалидов
13. Организация АФК и физической реабилитации в лечебном учреждении. Структура службы по АФК
14. Организация АФК и реабилитации в санаторно-курортных учреждениях. Документация в АФК
15. Принципы и методика назначения двигательного режима
16. Роль и виды исходных положений в АФК. Систематизация физических упражнений в АФК
17. Физиологическая и педагогическая характеристика формирования двигательного навыка в АФК.

6,8 СЕМЕСТР

5.1. Текущий контроль успеваемости

Рейтинг-контроль 1

Тест-контроль

1. Выделяют следующие виды переломов:

1. Со смещением отломков
2. С частичным смещением отломков
3. Без смещения отломков

2. Непосредственно после травмы может быть:

1. Обморок
2. Анкилоз
3. Коллапс
4. Травматический шок

3. Виды ранних посттравматических осложнений:

1. Контрактура
2. Тугоподвижность
3. Анкилоз
4. Потеря сознания

4. Периоды ЛФК при травмах:

1. Иммобилизационный

2. Постиммобилизационный

3. Восстановительный

4. Адаптационный

5. Для устранения посттравматических суставных контрактур используются:

1. Дыхательные упражнения

2. ЛФК

3. Механотерапия

4. Массаж

6. Специальными задачами кинезотерапии в травматологии являются:

1. Образование костной мозоли

2. Предупреждение атрофии мышц, контрактур, тугоподвижности в суставах

3. Улучшение работы сердечно-сосудистой системы

7. Виды переломов проксимального конца плечевой кости:

1. Переломы головки плечевой кости

2. Переломы анатомической шейки

3. Переломы хирургической шейки

4. Переломы средней трети плечевой кости

8. При вколоченных и абдукционных переломах хирургической шейки плечевой кости применяются следующие специальные упражнения:

1. Грудное дыхание

2. Покачивание руки вперед-назад

3. Сжимание и разжимание пальцев кисти

4. Сгибание в локтевом суставе

9. В постиммобилизационном периоде специальные упражнения в занятии ЛФК составляют:

1. 25% времени

2. 50% времени

3. 75% времени

10. После травм к занятиям ЛФК приступают:

1. Сразу после травмы

2. На второй день после травмы

3. Через неделю после травмы

11. Выделяют следующие виды повреждений костей таза:

1. Переломы проксимального эпифиза бедренной кости

2. Краевые переломы

3. Переломы костей, не входящих в состав тазового кольца

4. Переломы костей, входящих в состав тазового кольца

Рейтинг 2

Тест-контроль

1. После повреждения связок коленного сустава применяются следующие специальные упражнения:

1. Движения пальцами ног

2. Изометрическое напряжение мышц голени

3. Упражнения для здоровой ноги

4. Движения в тазобедренном суставе

2. Классификацию повреждений позвоночника проводят

1. По целостности покровов

2. По отделам позвоночника

3. По срокам повреждения

4. По количеству поврежденных образований

3. После повреждений шейного отдела позвоночника показаны следующие упражнения:

1. Общеукрепляющие
2. Движения туловища вперед
3. С небольшим отягощением
4. Изометрические напряжения мышц плечевого пояса
- 4. Факторы, определяющие тяжесть поражения при ожогах:**
 1. Глубина поражения
 2. Площадь поражения
 3. Локализация поражения
 4. Эндокринные расстройства
- 5. Специальные упражнения для профилактики развития контрактуры после ожогов:**
 1. Активные упражнения
 2. Пассивные упражнения, в том числе из облегченных исходных положений
 3. Упражнения для непораженных мышц и туловища
 4. Статические упражнения
- 6. ЛФК в комплексном лечении сколиоза позволяет решить следующие задачи:**
 1. Уменьшение степени прогрессирования сколиоза
 2. Коррекция имеющейся деформации
 3. Улучшение координации движений
 4. Воспитание правильной осанки
- 7. При сколиозе II степени используются следующие средства ЛФК:**
 1. Физические упражнения
 2. Занятия в спортивных секциях
 3. Лечебное плавание
 4. Массаж
- 8. Физиологические изгибы позвоночника:**
 1. Шейный лордоз
 2. Грудной кифоз
 3. Поясничный лордоз
 4. Шейный кифоз
- 9. Существуют формы сколиоза:**
 1. D-образная
 2. S-образная
 3. C-образная
- 10. По степени искривления позвоночника различают:**
 1. 4 разновидности
 2. 2 разновидности
 3. 5 разновидностей
- 11. По течению сколиозы подразделяют следующим образом:**
 1. Прогрессирующие
 2. Стабильные
 3. Постоянные
- 12. В зависимости от причин возникновения различают сколиозы:**
 1. Стабильные
 2. Врожденные
 3. Приобретенные
 4. Диспластические

Рейтинг 3

Тест-контроль

- 1. ЛФК при сколиозе в начале курса лечения проводится в исходных положениях:**
 1. Лежа на спине
 2. Лежа на животе

3. Лежа на боку со стороны выпуклости с подложенным валиком

4. Стоя

2. Корректирующие упражнения при сколиозе позволяют:

1. Выровнять положение надплечий

2. Уменьшить дугу искривления

3. Выровнять положение таза

4. Увеличить силу мышц

3. Выработке мышечно-суставного чувства способствуют следующие упражнения:

1. В балансировании

2. На равновесие

3. Дыхательные

4. Методика массажа при сколиозе определяется:

1. Возрастом больного

2. Степенью сколиоза

3. Этиологией сколиоза

4. Характером патологии мышц

5. В ортопедический режим при лечении сколиоза включаются следующие мероприятия:

1. Определение режима двигательной активности

2. Разгрузка позвоночника

3. Мониторинг состояния сердечно-сосудистой системы

4. Лечение положением

6. Виды плоскостопия:

1. Диагональное

2. Поперечное

3. Продольное

7. Основные средства профилактики плоскостопия:

1. Гигиенические навыки

2. Физиотерапевтические процедуры

3. Массаж

4. Гимнастика

8. Наиболее частые причины развития юношеского кифоза (болезни Шейермана-Мау):

1. Перегрузка в школе и в домашних условиях

2. Врожденная конституциональная неполноценность

3. Недостаточный иммунитет

9. Специальные упражнения для консервативного лечения юношеского кифоза:

1. Упражнения, способствующие разгибанию позвоночника

2. Упражнения, формирующие правильную осанку

3. Упражнения, способствующие увеличению подвижности в суставах

4. Лечение положением

10. При назначении ЛФК для больных ревматоидным артритом учитывают:

1. Степень активности воспалительного процесса

2. Выраженность нарушений функции сустава

3. Тонус мышц

4. Стадию заболевания

11. Лечебная гимнастика при артрозах крупных суставов проводится в периоды:

1. Обострения

2. В подостром периоде

3. В период ремиссии

12. В период ремиссии занятия лечебной гимнастикой при артрозах:

1. Проводятся регулярно и длительно

2. Не проводятся

3. Проводятся по мере необходимости

**5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины
(ЭКЗАМЕН)
КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ.**

1. Изменения происходящие в центральной нервной, дыхательной и сердечно-сосудистой системе под влиянием физических упражнений.
2. Изменения в опорно-двигательном аппарате происходящие под влиянием физических упражнений.
3. Основные средства для коррекции нарушений осанки.
4. Виды нарушений осанки, связанных с увеличением физиологических изгибов. Коррекция патологии.
5. Виды нарушений осанки, связанных с уменьшением физиологических изгибов. Коррекция патологии.
6. Специальные упражнения при нарушении осанки (на примере одного из видов нарушений).
7. Сколиоз. Анатомические и функциональные отличия сколиоза от нарушений осанки.
8. Анатомо-биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата.
9. Влияние физических упражнений и массажа на опорно-двигательный аппарат.
10. Общие принципы организации восстановительного лечения при травмах и ортопедических заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
11. Средства восстановительного лечения при травмах и ортопедических заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
12. Восстановительное лечение при статических деформациях опорно-двигательного аппарата.
13. Применение физических упражнений при сколиозе.
14. Функциональная недостаточность стоп и ее предупреждение.
15. Методика применения физических упражнений при плоскостопии.
16. Профилактика плоскостопия.
17. Применение физических упражнений при детских церебральных параличах.
18. Клинические особенности детских церебральных параличей.
19. Применение физических упражнений при полиомиелите.
20. Применений физических упражнений при деформациях на фоне воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника.
21. Методика применения физических упражнений при сколиотической болезни.
22. Характеристика симметричных, ассиметричных и деторсионных упражнений.
23. Плоскостопие. Виды плоскостопия, особенности состояния стопы.
24. Корригирующая гимнастика, виды корригирующих упражнений, методика применения при патологии.
25. Методики коррекции плоской стопы.
26. Нарушения опорно-двигательного аппарата, которые наблюдаются при детском церебральном параличе.
27. Физиологические средства, стимулирующие развитие и тренировку функции равновесия при детском церебральном параличе.
28. Коррекция осанки при детском церебральном параличе.
29. Физиологические средства, стимулирующие развитие и тренировку функции формирования стояния и ходьбы.
30. Коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук.
31. Профилактика и коррекция контрактур суставов.
32. Методические особенности применения физических упражнений в старшем дошкольном возрасте при ампутированных дефектах нижней конечности.

33. Методические особенности применения физических упражнений в младшем и среднем школьном возрасте при ампутированных дефектах нижней конечности.
34. Особенности метода адаптивного физического воспитания
35. Физиологические механизмы действия физических упражнений
36. Средства АФК и их характеристика
37. Механотерапия, механотерапевтические аппараты и их характеристика
38. Условия проведения занятий на механоаппарате (тренажере)
39. Методы использования физических упражнений и их характеристика
40. Методы контроля за воздействием АФК на организм
41. Характеристика формирования и восстановления двигательного навыка
42. Трудотерапия, ее формы и особенности проведения
43. Режимы трудотерапии и их характеристика
44. Естественные факторы природы, как средство реабилитации больных и инвалидов

5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

Темы рефератов

1. Различные виды массажных технологий, в том числе с целью реабилитации и абилитации инвалидов.
2. Механизмы действия различных видов массажа на организм человека, возможности их использования при различных патологиях
3. Приспособления для проведения лечебной гимнастики при разной патологии.
4. Оборудование для проведения физических упражнений в воде.
5. Аппараты механотерапии.
6. Приспособления для выработки правильного положения тела при сидении, стоянии и для обучения ходьбе.
7. Приспособления для занятий при полной или частичной ампутации конечностей.
8. Массаж в травматологии и ортопедии

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. Ерёмушкин, М.А. Классический массаж: учебник / под ред. М. А. Ерёмушкина. - М.:	2016	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970439470.html

ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 448 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3947-0		
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, массажа 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 составил преподаватель Коротцова Елена Петровна Кор.
(подпись)

Рецензент (представитель работодателя) директор ГАУ ВО «САШ по ПСВС»
Спицин В.Н. Спицин
(подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08.22 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е. Т.Е. Батоцыренова
(подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии
направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»

Протокол № 1 от 30.08.2022 года
Председатель комиссии Т.Е. Батоцыренова
(подпись) Батоцыренова Т.Е.