МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

_____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

«29» июня 2023 г.

Рабочая программа дисциплины

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физическая реабилитация

Шуя

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов» являются: привитие студентам знаний, умений и навыков, профилактики и реабилитации при важнейших заболеваниях внутренних органов средствами лечебной физической культуры, а также осуществление практической подготовки обучающихся посредством выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю образовательной программы.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов» является дисциплиной по выбору, относится к формируемой участниками образовательных отношений части блока дисциплин Б1.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин:

Очная форма обучения

Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях различных систем организма, Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов, Лечебная физическая культура при нарушениях опорно-двигательного аппарата и нервной системы, Физическая реабилитация лиц разных возрастных групп, Лечебный массаж, Спортивный массаж, Частные методики физической реабилитации, Основы социальной медицины, прохождению Производственной практики, профессионально-ориентированной практики, Подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена Подготовке к процедуре защиты и защите выпускной квалификационной работы.

Заочная форма обучения

Подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена Подготовке к процедуре защиты и защите выпускной квалификационной работы.

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен:

- Знать: регулирование физической нагрузки занимающихся.
- Уметь: взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации.
- Иметь опыт: прогнозирования результатов физической реабилитации.

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

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

–

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

–

в) профессиональные компетенции (ПК) и индикаторы их достижения:

Код и наименование профессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Тип задач профессиональной деятельности: реабилитационный (восстановительный)		
ПК-1. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных	ПК-1.1. Знает организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. ПК-1.2. Умеет: взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. ПК-1.3. Имеет опыт: прогнозирования	Профессиональный стандарт 05.004 Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту 03.007 Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере

мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации.	
Тип задач профессиональной деятельности: компенсаторный		
ПК-2. Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая	ПК-2.1. Знает: основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение. ПК-2.2. Умеет: владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования	Профессиональный стандарт 05.004 Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту 03.007 Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере

	компенсаций; ПК-2.3. Имеет опыт: разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; *основы практики лечебной физической культуры,* массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и *использования технических средств реабилитации*; регулирование физической нагрузки занимающихся; классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, *показания и противопоказания при назначении* массажа и *лечебной физической культуры* (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3);
- основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение (ПК-2 (индикаторы – 1, 2, 3).

Уметь:

- взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; осуществлять подбор

оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3);

- владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций (ПК-2 (индикаторы – 1, 2, 3).

Иметь опыт:

- прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3);
- разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации; определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов (ПК-2 (индикаторы – 1, 2, 3).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы (54 час.)

Контактная работа 39,25 час.

Самостоятельная работа 14,75 час.

Практическая подготовка 45 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	6 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	19,5	14,75
Практические занятия	19,5	
Зачёт	0,25	-
Всего	39,25	14,75

Заочная форма обучения
Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы (54 час.)
Контактная работа 12,25 час.
Самостоятельная работа 41,75 час.
Практическая подготовка 48 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	4 курс		5 курс	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	6	15	-	24
Практические занятия	6		-	
Зачёт	-	-	0,25	2,75
Всего	12	15	0,25	26,75

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1.	ЛФК как метод функциональной терапии	6	3	-	1,5 ПП	2,75ПП	
2.	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	4,5 ПП	-	4,5 ПП	3ПП	Текущий контроль №1
3.	Лечебная физическая культура при нарушении обмена веществ	6	3ПП	-	4,5 ПП	3ПП	
4.	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	6	3ПП	-	4,5 ПП	3ПП	
5.	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения	6	6	-	4,5 ПП	3ПП	Текущий контроль №2
ИТОГО			19,5	-	19,5	14,75	Зачет

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Курс	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1.	ЛФК как метод функциональной терапии	4	3	-	-	5ПП	
2.	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	4	1,5ПП	-	3 ПП	5ПП	
3.	Лечебная физическая культура при нарушении обмена веществ	4	1,5ПП	-	3 ПП	5ПП	
4.	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5	-	-	-	12ПП	
5.	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения	5	-	-	-	12ПП	
ИТОГО			6	-	6	39	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема 1. ЛФК как основной метод функциональной терапии.

ЛФК - как научная дисциплина и метод лечебного воздействия. ЛФК как неотъемлемая часть системы физического воспитания. ЛФК - естественно-биологический метод неспецифической, активной, функциональной и патогенетической терапии. Механизм общего и специального действия ЛФК на организм больного. Классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК. Общие противопоказания к назначению ЛФК. Принципы построения и формы организации занятий по ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, занятия лечебной гимнастикой, терренкур, прогулки, туризм, спортивно-прикладные упражнения и игры. Методика проведения процедуры лечебной гимнастики. Принципы дозирования физической нагрузки. Последовательность действий при назначении больному ЛФК. Оценка эффективности применения ЛФК. Этапный, текущий и экспресс-контроль. Функциональные и клинические критерии эффективности.

Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Механизм действия и методика ЛФК у больных ИБС (стенокардия различных функциональных классов и инфаркт миокарда). Роль рационального двигательного режима у больных перенесших инфаркт миокарда. Основные причины и степени недостаточности кровообращения. Методика ЛФК при I и II степени недостаточности кровообращения. Механизм действия и методика ЛФК при I и II стадии гипертонической болезни. ЛФК при

гипотонии и вегето-сосудистой дистонии. ЛФК при пороках сердца. Лечебная физическая культура при недостаточности кровообращения. Роль физических упражнений в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Тема 3. Лечебная физическая культура при нарушении обмена веществ
Механизмы лечебного действия физических упражнений при нарушениях обмена веществ. Механизмы действия лечебной физической культуры при нарушениях обмена веществ у лиц пожилого возраста. Диета и физическая активность при ожирении. Профилактика ожирения: рациональное питание, борьба с вредными привычками. ЛФК при ожирении. ЛФК при сахарном диабете. ЛФК при подагре. Роль физических упражнений в профилактике нарушений обмена веществ.

Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.
Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Основы методики лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания у лиц пожилого возраста. ЛФК в различные периоды острой пневмонии и при бронхиальной астме. Методика ЛФК при постельном, домашнем и амбулаторном режиме. Дыхательные упражнения, упражнения с дозированным сопротивлением, лечебная гимнастика. Схема реабилитации больных, перенесших острую пневмонию. Методика обучения больного правильному дыханию и поведению в период приступа бронхиальной астмы. ЛФК при бронхиальной астме: в межприступный период, в период предвестников. Методика обучения больного правильному дыханию поведению в период приступа. ЛФК при плеврите. ЛФК при неспецифических заболеваниях легких. Роль физических упражнений в профилактике заболеваний органов дыхания.

Тема 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения.
Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения. Механизмы действия лечебной физической культуры при заболеваниях органов пищеварения. Первичная профилактика желудочно-кишечных заболеваний: рациональное питание, борьба с вредными привычками. Механизм действия и методика ЛФК при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки. ЛФК при заболеваниях кишечника. ЛФК при болезнях печени и желчевыводящих путей. Роль физических упражнений в профилактике заболеваний органов пищеварения.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения, технологий развития критического мышления, технологии коллективного способа обучения, интерактивных занятий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации, облачные технологии.

Для подготовки докладов, выполнения индивидуальных заданий студенты используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Университетская книга» (Режим доступа: www.biblioclub.ru), Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт».

При этом используются разнообразные технические устройства и программное обеспечение, информационные и коммуникационные технологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине осуществляется в форме выполнения практико-ориентированных заданий по темам.

Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ. Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к настоящей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

На зачете по дисциплине «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов» контролируемые знания, умения и владения, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, проверяются разноуровневыми заданиями: тест-задание (пороговый уровень), контрольная работа (базовый уровень) и кейс-задача (повышенный уровень).

Тестирование проводится на зачёте в течение 60 минут. Каждый вариант тест-билета содержит 49 заданий в тестовой форме.

Критерии оценки:

Каждое правильно выполненное задание оценивается 0,4 балла, максимальное количество баллов – 19,6.

Если по отдельной теме студент набирает количество баллов ниже зачётного, то тема считается неосвоенной и баллы в рейтинг не прибавляются.

Контрольная работа выполняется письменно на зачете. Задание проверяется и оценивается на зачёте.

Критерии оценки:

Задание оценивается в 5,4 баллов. При оценивании учитываются следующие критерии:

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
1. Точность разработки самостоятельного задания. 2. Логичность и системность построения самостоятельного задания. 3. Владение терминологическим аппаратом. 4. Умение привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть.	5,4 баллов
1. Информация с фактической стороны представлена верно. 2. Работа выстроена системно, в логической последовательности. 3. Термины используются корректно, и их значение объясняется студентом. 4. Приводятся примеры на теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы, но с небольшими отклонениями.	4 балла
1. Информация с фактической стороны представлена верно.	3-2 балла

2. Допущены нарушения принципа системности в построении работы. 3. Допущена неточная трактовка некоторых терминов. 4. Имеются затруднения с нахождением примеров подтверждения теоретического положения. 5. Грамотно, но неаккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы.	
1. Информация с фактической стороны представлена не совсем верно. 2. Работа выстроена с нарушением логической последовательности. 3. Студент некорректно трактует базовые термины. 4. Студент не может привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Не выполнена практическая часть контрольной работы.	1-0 балл

Кейс-задача выполняется студентом письменно на зачете.

Критерии оценки:

Задание оценивается в 5 баллов. При оценивании учитываются следующие критерии:

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
1. изложение материала логично, грамотно, без ошибок; 2. свободное владение профессиональной терминологией; 3. умение высказывать и обосновать свои суждения; 4. студент дает четкий, полный, правильный ответ на теоретические вопросы; 5. студент организует связь теории с практикой.	5 баллов
1. студент грамотно излагает материал; ориентируется в материале, владеет профессиональной терминологией, осознанно применяет теоретические знания для решения кейса, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности; 2. ответ правильный, полный, с незначительными неточностями или недостаточно полный.	4 балла
1. студент излагает материал неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения кейса, не может доказательно обосновать свои суждения; 2. обнаруживается недостаточно глубокое понимание	3-2 балла

изученного материала	
1. отсутствуют необходимые теоретические знания; допущены ошибки в определении понятий, искажен их смысл, не решен кейс; 2. в ответе студента проявляется незнание основного материала учебной программы, допускаются грубые ошибки в изложении, не может применять знания для решения кейса.	1-0 балл

Очная форма обучения

Для текущего контроля успеваемости используются такие виды работ, как выполнение контрольной работы и решение тестовых заданий.

На зачете используется письменная форма проведения зачета, а также рейтинговая (накопительная) система оценивания результатов обучения. Максимальное количество баллов, которое возможно получить на зачете – 30 баллов.

Оценка результатов освоения дисциплины при рейтинговой системе оценивания формируется по 100-балльной шкале из результатов текущего контроля успеваемости и результатов, полученных на зачете.

Оценка на зачете выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Заочная форма обучения

На зачете используется письменная форма проведения зачета. Максимальное количество баллов, которое возможно получить на зачете – 30 баллов.

Оценка на зачете выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов»

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
26-30 баллов	23-25 балла	18-21 баллов	17 и менее баллов

Фонд оценочных средств по дисциплине «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов» в полном объёме представлен в Приложении 2 к рабочей программе.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

–основная литература:

1. Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений / под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд.; стер. - Москва: Академия, 2009. - 416 с.
2. Лечебная физическая культура в терапии : учебное пособие / Т.В. Карасева, С.Н. Толстов, Т.В. Гиголаева, А.И. Замогильнов, А.Н. Нестеров, Е.В. Перевозчикова, С.Ю. Толстова, Е.В. Руженская, А.С. Махов, А.Ю. Плакунов.- Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010 . - Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/152935. - Текст : электронный.
3. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2018. – 420 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656. – Текст : электронный.

– дополнительная литература:

1. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж : учебно–методическое пособие / Н.А. Белая. – Москва: Советский спорт, 2004. – 272 с.
2. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 258 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233. – Текст : электронный.
3. Избранные лекции по лечебной физической культуре : учебное пособие : в 3 частях / сост. Л.П. Черапкина. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – Ч. 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов. – 107 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483284. – Текст : электронный.
4. Комплексная реабилитация инвалидов : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т.В. Зозуля, Е.Г. Свистунова, В.В. Чешихина [и др.]; Под ред. Т.В. Зозули. – М.: «Академия», 2005. – 304 с.
5. Смолева, Э. В. Сестринское дело в терапии с курсом первичной медицинской помощи : учебное пособие / Э. В. Смолева ; под общ. ред. Б. В. Кабарухина. - 7-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2008. - 480 с.
6. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для вузов. Т. 1: Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - 2-е изд.; испр. и доп. - Москва: Советский спорт, 2005. - 292 с.
7. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2-х т. Т. 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва: Советский спорт, 2005. - 448 с.
8. Хрущев, С. В. Физическая культура детей с заболеваниями органов дыхания : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / С. В. Хрущев, О. И. Симонова. - Москва: Академия, 2006. - 304 с.

Интернет-ресурсы:

1. Лечебная физическая культура и спортивная медицина. Режим доступа: http://lfksport.ru/
2. Рекомендации по профилактике заболеваний и уходу за больными. Режим доступа: http://neurologic.ru/
3. Лечебная физическая культура и массаж. Режим доступа: http://physiotherapy.narod.ru/index/0-56

4. Лечебная физкультура. Режим доступа: http://www.medical-enc.ru/lfk/

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;

Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт»

Словари и энциклопедии на Академике. - https://dic.academic.ru/.

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
3. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
4. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
5. Спортивный зал, оснащенный спортивным оборудованием и спортивным инвентарем.
6. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: электронные презентации, видеоролики и DVD фильмы.

Автор рабочей программы дисциплины: Е.В. Перевозчикова, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент.

Программа рассмотрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры
«25» апреля 2019 г., протокол № 8

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 8 от «27» февраля 2020 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 11 от «11» июня 2021 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 6 от «21» января 2022 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 10 от «29» июня 2023 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

Приложение 1.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Задания для самостоятельной работы

Тема. История возникновения и развития ЛФК.

Цель. Обобщение многолетнего научного и практического опыта.

Задачи. Усвоить знания об основных этапах и направлениях развития ЛФК.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- ученые Древней Индии, Китая, Греции, Рима;
- роль Авиценны в развитии ЛФК;
- отечественные ученые XVIII – XIX вв.;
- современные исследователи.

Форма контроля. Собеседование в рамках коллоквиума.
Время выполнения. 2 ч.

Тема. Оценка реабилитационного эффекта влияния ЛФК на организм.

Цель. На основании данных анатомии, физиологии, гигиены спортивной медицины, ТМФК овладеть знаниями и навыками по оценке влияния физических упражнений на организм человека.

Задачи. Научиться оценивать в динамике занятий ЛФК положительные и негативные сдвиги в состоянии здоровья пациента; коррегировать нагрузку, планируемую на занятиях по ЛФК, с учетом динамики состояния здоровья пациента.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- оздоровительный эффект физических упражнений;
- механизмы лечебного действия физических упражнений;
- значение анамнеза для оценки состояния организма, его методика;
- наблюдение за состоянием организма в ходе проведения занятий по лечебной гимнастике;
- значение соматоскопии и антропометрии как объективных методов контроля;
- функционально-диагностические методы (с учетом конкретного заболевания) (сила, тонус мышц, амплитуда движений, гониометрия и др.);
- оценка физиологической кривой нагрузки на занятиях по ЛФК (по величине ЧСС, АД, динамометрии, ЖЕЛ, пробы Ромберга);
- функциональные пробы, специфичные для конкретной формы патологии;
- оценка самообслуживания как формы контроля за эффективностью занятий.

Формы контроля. Реферат.Время выполнения. 10 ч.

Тема. Методика выполнения и механизмы лечебного воздействия физических упражнений в воде.

Цель. Углубление представления о механизме лечебного эффекта и методике применения упражнений в водной среде.

Задачи. Научиться использовать водную среду как фактор терапевтического воздействия на пациента; освоить методику организации и проведения занятий лечебной гимнастики в воде.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- вода как фактор лечебного воздействия (физико-химические свойства, обезболивающий и гидростатический эффекты, изменение крово- и лимфотока);
- разновидности физических упражнений в воде (гимнастика в воде, плавание, игры в воде, ходьба);
- определение понятия «гидрокенезотерапия»;
- глубина погружения человека в воду как фактор регулирования нагрузки;
- закаливающий и психотерапевтический эффект упражнений в воде;
- показания к физическим упражнениям в воде;
- противопоказания к физическим упражнениям в воде;
- вертикальное и горизонтальное вытяжение в воде;
- медицинский контроль за упражнениями в воде.

Форма контроля. Составление студентами схемы занятий в воде при различных заболевания внутренних органов. Время выполнения. 6 ч.

Тема. Трудотерапия как элемент восстановительного лечения.

Цель. Овладение активными методами реабилитации больных при помощи трудовых операций.

Задачи. Научиться использовать простейшее оборудование для трудотерапии в реабилитации терапевтических больных.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- определение понятия «кинезотерапия»;
- трудотерапия – элемент кинезотерапии;
- значение трудотерапии: физиологическое, психологическое, социальное;
- разновидности трудотерапии: общеукрепляющая, восстановительная, профессиональная (в том числе производственная реабилитация);
- трудотерапия как физиология трудовых движений;
- задачи трудотерапии;
- режимы трудотерапии: облегченный, развивающий мышечную силу, и выносливость и тонкую координацию движений;
- дозирование нагрузки в трудотерапии;
- оценка эффективности трудотерапии;
- показания и противопоказания: абсолютные и относительные;
- подбор трудовых операций;
- выработка навыков самообслуживания;
- профессионально-прикладная подготовка в практике.

Формы контроля. Письменный ответ в рамках контрольной работы, сообщение на семинаре. Время выполнения. 6 ч.

Тема. Упражнения на тренажерах как часть ЛФК.

Цель. Овладение умением оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий на тренажерах.

Задачи. Овладеть знаниями об оздоровительных эффектах и методике применения упражнений на тренажерах для восстановительной терапии.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- определения понятия «механотерапия»;
- механизмы лечебного эффекта упражнений на тренажерах;
- задачи механотерапии;
- показания и противопоказания: абсолютные и относительные;

- методика механотерапии;
- аппараты маятникового типа, правила использования;
- блоковые механоаппараты;
- сочетание механотерапии с лечебной гимнастикой, массажем, физиотерапией;
- тренажеры санаторно-курортных учреждений (велотренажеры, гребной, беговая дорожка, эспандеры, роллеры, мини-батут и др.), принципы их использования.

Форма контроля. Письменный ответ в рамках контрольной работы.
Время выполнения. 6 ч.

Тема. ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей.

Цель. Предупреждение и коррекция дискинезии желчевыводящих путей средствами ЛФК.

Задачи. Освоить знания об основных причинах и симптомах распространенной у современных школьников формы дисфункции желчевыводящих путей; научиться составлять комплексы ЛФК для школьников с указанной патологией.

Выполнить задание, руководствуясь следующим планом:

- определение понятия «дискинезия»;
- разновидности дискинезий;
- причины и факторы, способствующие развитию дискинензий;

основные признаки дискинезий;

- задачи ЛФК при дисфункции желчевыводящих путей;
- механизмы лечебного действия физических упражнений при дискинезиях;
- методика ЛФК ;
- оценка эффективности ЛФК;
- способы предупреждения этих дисфункций.

Форма контроля. Составление комплекса лечебной гимнастики.

Вопросы для самостоятельной подготовки к выполнению заданий текущего контроля и промежуточной аттестации

1. Исторические аспекты возникновения и развития ЛФК.
2. Здоровье как свойство организма.
3. Современные тенденции состояния здоровья среднего и пожилого возраста.
4. Задачи и средства ЛФК.
5. Методические принципы проведения занятий лечебной физической культурой.
6. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.
7. Методические приемы дозирования физической нагрузки.
8. Принципы построения частных методик в ЛФК при различных заболеваниях.
9. Методика проведения процедуры лечебной гимнастики.
10. Контроль и учет эффективности применения ЛФК.
11. Анатомо-физиологические и биомеханические особенности функционирования сердечно-сосудистой системы.
12. ЛФК при заболеваниях инфаркте миокарда.
13. Единая унифицированная программа физической реабилитации больных с острым инфарктом миокарда на стационарном этапе лечения.
14. Ступени активности у больных с острым инфарктом миокарда на стационарном этапе лечения.
15. Классы тяжести острого инфаркта миокарда на стационарном этапе лечения.

16. Методика ЛФК при I и II степени недостаточности кровообращения.
17. Лечебная физическая культура при пороках сердца.
18. Основные механизмы положительного влияния физических упражнений при гипертонической болезни.
19. Особенности методики лечебной гимнастики при гипертонической болезни.
20. Особенности применения средств физической культуры при гипертонической болезни. Массаж воротниковой зоны.
21. Особенности применения средств физической культуры при гипотонической болезни.
22. Особенности лечебной гимнастики у больных с вегето-сосудистой дистонией.
23. Механизмы действия лечебной физической культуры при нарушениях обмена веществ.
24. ЛФК при ожирении.
25. ЛФК при сахарном диабете.
26. Роль физических упражнений в профилактике нарушений обмена веществ.
27. Механизм действия и методика лечебной физической культурыпри заболевания бронхо-легочной системы.
28. Лечебная гимнастика при пневмонии
29. Клинико-физиологическое обоснование применения лечебной гимнастики при бронхиальной астме.
30. Лечебная физическая культура при экссудативном плеврите.
31. Лечебная физическая культура при хронических неспецифических заболеваниях легких.
32. Методика лечебной физической культуры при плеврите.
33. Методика лечебной физической культуры при пневмонии.
34. Методика лечебной физической культуры при бронхиальной астме.
35. Механизм действия и методика лечебной физической культуры при хронических неспецифических заболеваниях легких.
36. Основы методики ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
37. Гастрит. Лечебная гимнастика при хроническом гастрите.
38. Язвенная болезнь желудка. Задачи и противопоказания к проведению ЛФК.
39. Лечебная физическая культура при заболеваниях кишечника.
40. Лечебная физическая культура при болезнях печени и желчевыводящих путей.
41. ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей.