

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.10 Организационно-методическое обеспечение реабилитационной деятельности

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

Направленность (профиль): Адаптивный спорт и физическая реабилитация

Квалификация (степень): *бакалавр*

Форма обучения: *очная*

Институт: Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	3	-	-
Семестр/триместр	5		

Лекции	36		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	36		
Консультации			
Форма промежуточной аттестации	Экзамен-0,3		
Контроль	9		
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	34,7		

Всего часов: 108

Трудоемкость: 3 зачетных единиц.

Разработчик рабочей программы:

кандидат педагогических наук, доцент В.В. Семянникова

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины: является формирование профессионально-педагогических знаний, умений и компетенций, необходимых для формирования теоретических и методических основ использования средств физической реабилитации в педагогической деятельности с различными возрастным контингентом, а также формирование у обучающихся профессиональных компетенций, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по физической реабилитации.

Задачи изучения дисциплины:

- Изучить закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- Овладеть умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;

- Овладеть способностью производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

- Овладеть умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы;

- Овладеть умением проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов);

- Изучить закономерности воздействия различных видов физических и природных факторов на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм различных возрастных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- Овладеть умением применять различные виды физических и природных факторов в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули).

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-1	Знать: - этиопатогенез и возможные варианты течения основных форм патологии; - основные понятия, используемые в лечебной физической культуре и физической реабилитации; - предмет, цель, роль и место лечебной физической культуры в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - анатомическое строение и функции органов и систем организма, закономерности физического, психического развития	Знает: - этиопатогенез и возможные варианты течения основных форм патологии; - основные понятия, используемые в лечебной физической культуре и физической реабилитации; - предмет, цель, роль и место лечебной физической культуры в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - анатомическое строение и функции органов и систем организма,

	и особенности их проявления в разные возрастные периоды.	закономерности физического, психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составить комплекс физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов после выполнения физических нагрузок с учётом особенностей контингента; - использовать и подбирать средства и методы лечебной физической культуры для данной категории занимающихся; - практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составить комплекс физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов после выполнения физических нагрузок с учётом особенностей контингента; - использовать и подбирать средства и методы лечебной физической культуры для данной категории занимающихся; - практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры.
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; 3 - оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; 3 - оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций.
ПКС-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний; - современные технологии, используемые в физической реабилитации; основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - показатели общих и функциональных методов обследования больных, направляемых на реабилитацию для оценки эффективности реабилитационных мероприятий; - совместимость и последовательность назначения физиотерапевтических методов лечения и реабилитации на различных этапах патологического процес- 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - современные методики организации занятий лечебной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - функциональные возможности больных, занимающихся с целью оздоровления или профилактики любой из форм ЛФК; - специальную терминологию, включая причины, течение, клинику заболеваний занимающихся ЛФК; - основные проявления различных патологических состояний, показания и противопоказания к применению ЛФК, методы восстановительного лечения, их особенности при

	<p>са при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - показания и противопоказания к применению физиотерапевтических методов лечения и реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры у травматологических и ортопедических больных; - средства и формы ЛФК, используемые при лечении и реабилитации травматологических и ортопедических больных; - механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - методы контроля эффективности проводимых занятий. 	<p>наиболее распространенных заболеваниях и повреждениях.</p>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека; - работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма; - составлять комплексные методики физической реабилитации с учётом нозологических форм, возрастных и гендерных групп; - проводить медицинский осмотр, включающий объективные методы обследования, данные лабораторно-инструментальных методов исследования; - определять показания и противопоказания для назначения физиотерапевтических методов реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - проводить приём больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, направляемых на лечение и реабилитацию, и при необходимости вносить коррективы в назначения после согласования с лечащим врачом; - обосновывать необходимость назначения средств ЛФК больному, основываясь на результатах клинического, лабораторного и других методов исследова- 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять задания, режимы двигательной деятельности на тот или иной период заболевания и составлять комплексы физических упражнений; - формировать группы для занятий ЛФК с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по ЛФК. - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по ЛФК.

	<p>ния;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять методические указания, схему занятий и комплекс упражнений ЛФК для больных; - проводить оценку эффективности занятий ЛФК с использованием клинических и функциональных методов исследования; - давать рекомендации больному при выписке из стационара по использованию средств ЛФК для повышения уровня физического 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -диагностическими приёмами, позволяющими оценить уровень функционального состояния отдельных органов и систем больного; - физиотерапевтической терминологией в части описания показаний и противопоказаний для проведения физиотерапевтического лечения больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, дозирования физических факторов и оформления медицинской документации физиотерапевтического назначения; - дифференцированным применением физиотерапевтических методов реабилитации больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы в соответствии с показаниями и противопоказаниями к их назначению и оформлением соответствующей документации; - методиками текущего контроля за реакциями организма больного в ответ на физические нагрузки; - методиками написания назначений и проведения занятий лечебной гимнастикой с больными травматологического и ортопедического профиля. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -навыками практического применения различных методик ЛФК для лиц с различной патологией; -приемами дозирования физических нагрузок, определения и оценки эффективности средств лечебной физической культуры; -методами контроля в сфере ЛФК.

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. Организационно-методические основы физической реабилитации.	48 5	16	16		16

Тема 1. Понятие о физической реабилитации.	12	4	4		4
Тема 2. Принципы медицинской и физической реабилитации	12	4	4		4
Тема 3. Средства медицинской и физической реабилитации	12	4	4		4
Тема 4. Составление реабилитационных программ	12	4	4		4
Раздел 2. Общая характеристика средств физической реабилитации	50,7	16	16		18,7
Тема 1. Общие основы лечебной физической культуры	12	4	4		4
Тема 2. Оценка воздействий лечебной физической культуры	12	4	4		4
Тема 3. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии	12	4	4		4
Тема 4. Физическая реабилитация при переломах трубчатых костей	12	4	4		6,7
Форма отчетности	экзамен – 0,3				
Контроль	9				
Итого за 5 семестр	108	32	32		34,7
Итого	108	32	32		34,7

Очно-заочная форма обучения

Не реализуется

Заочная форма обучения

Не реализуется

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Примерная тематика рефератов

1. Средства физической реабилитации, их классификация и характеристика.

2. Клинико-физиологические механизмы влияния физических упражнений на организм больного человека.
3. Формы применения средств АФК и характеристика.
4. Методы оценки функционального состояния больных с целью определения адекватности применяемых физических нагрузок и эффективности лечения и реабилитации.
5. Общая характеристика физических факторов, применяемых в лечении и реабилитации: электролечение, магнитотерапия, ультразвуковая терапия, светолечение, водо- и теплолечение, бальнеотерапия, мануальная терапия.
6. Комплексная физическая реабилитация при повреждениях мягких тканей у спортсменов.
7. Физическая реабилитация при переломах позвоночника.
8. Физическая реабилитация при переломах костей таза.
9. Физическая реабилитация при переломах длинных трубчатых костей.
10. Двигательные тесты в оценке эффективности реабилитации. Экспертная оценка готовности перехода спортсмена на этап начальной спортивной тренировки.
11. Физическая реабилитация при хронической ишемической болезни сердца.
12. Физическая реабилитация при гипертонической болезни IА и IБ стадий.
13. Физическая реабилитация при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.
14. Этиология и патогенез остеохондроза позвоночника.
15. Физическая реабилитация при остеохондрозе позвоночника (шейно-грудной и пояснично-крестцовой локализации).
16. Физическая реабилитация при неврозах у детей (ночном энурезе и заикании).
17. Физическая реабилитация постинсультных больных на разных этапах.
18. Физическая подготовка женщин к беременности.

Типовой вариант контрольной работы

Вариант 1.

1. Понятие о физической и медицинской реабилитации, цель и задачи.
2. Принципы реабилитации.

Вариант 2.

1. Средства ЛФК, их краткая характеристика.
2. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений.

Вариант 3.

1. Принципы медицинской и физической реабилитации
2. Непрерывность и преемственность РМ на протяжении всех этапов реабилитации

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: перечень вопросов к экзамену.

Вопросы к экзамену (5 семестр)

1. Понятие о физической и медицинской реабилитации, цель и задачи.
2. Принципы реабилитации.
3. Социальная направленность РМ.
4. Содержание реабилитационных программ.
5. Средства ЛФК, их краткая характеристика.
6. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений.
7. Формы применения средств ЛФК, их краткая характеристика.
8. Классификация физических упражнений по направленности их действия на организм, их характеристика.
9. Роль специальных упражнений в ЛФК.

10. Лечебные режимы и периоды применения физических упражнений.
11. Характеристика периодов двигательной активности в стационарах, центрах реабилитации, санаториях и поликлиниках.
12. Организация службы лечебной физической культуры в лечебно-профилактических учреждениях (ЛПУ).
13. Общая методика лечебного применения физических упражнений.
14. Способы дозировки физических упражнений.
15. Учет эффективности занятий ЛГ. Методы оценки эффективности занятий при различных заболеваниях.
16. Принципы медицинской и физической реабилитации
17. Непрерывность и преемственность РМ на протяжении всех этапов реабилитации
18. Средства медицинской и физической реабилитации
19. Составление реабилитационных программ
20. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений
21. Механизмы формирования компенсации
22. Спортивно-прикладные упражнения в физической реабилитации
23. Подбор физических упражнений и определение их продолжительности
24. Формы ЛФК.
25. Режимы двигательной активности лечебной физической культуры
26. Оценка воздействия и эффективности ЛФК.
27. Физическая реабилитация при переломах длинных трубчатых костей
28. Физическая реабилитация при переломах костей верхнего плечевого пояса

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Физическая реабилитация. В 2 т.: учебник / Под ред. Попова С. Н. М.: Издат. Центр «Академия», 2013 – 216 с.
2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2018. – 420 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656> (дата обращения: 02.09.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-0315-1. – Текст : электронный.

4.2. Дополнительная литература

1. Избранные лекции по лечебной физической культуре : учебное пособие : в 3 частях : [12+] / сост. Л. П. Черапкина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – Часть 1. Общие основы лечебной физической культуры, лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях и деформациях опорно-двигательного аппарата. – 116 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483288> (дата обращения: 02.09.2025). – Текст : электронный.
2. Избранные лекции по лечебной физической культуре : учебное пособие : в 3 частях : [12+] / сост. Л. П. Черапкина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – Часть 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов. – 107 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483284> (дата обращения: 02.09.2025). – Текст : электронный.
3. Избранные лекции по лечебной физической культуре : учебное пособие : в 3 частях : [12+] / сост. Л. П. Черапкина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – Часть 3. Лечебная физическая культура в хирур-

гии и неврологии. – 104 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. –
 URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483286> (дата обращения: 02.09.2025). – Текст :
 электронный.

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

4.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ
5.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
6.	https://www.minsport.gov.ru	Министерство спорта РФ	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.