

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

в рамках основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по ППССЗ по специальности

49.02.01 Физическая культура

Аннотация: Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ 27.10.2014г., № 1355 (ред. от 25.03.2015) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2014. №34956), учебного плана, Положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01 Физическая культура**

Организация-разработчик: ГБПОУ РО «Каменский педагогический колледж»

Разработчики:

Протасова Г.Г.- преподаватель основ врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа, высшей квалификационной категории

Рецензенты:

Головченко Л.А. –руководитель физвоспитания КамПК, преподаватель высшей квалификационной категории

Моисеева Н.А. –зам. директора по УВР ГБПОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж», преподаватель высшей квалификационной категории

Программа рассмотрена на заседании ПЦК преподавателей физической культуры

Протокол № 1 от 30 августа 2022г.

Председатель ПЦК физической культуры Протасова Г.Г.

г. Каменск-Шахтинский

2022г

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности **49.02.01 «Физическая культура»**

1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины формируются общие компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Актуализируются профессиональные компетенции:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценить процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учётом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

через умения:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК и лечение заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;

- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе ;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **162** часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **108** часов;
самостоятельной работы обучающегося – **54** часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	162
Обязательная аудиторная нагрузка (всего)	108
В том числе:	
Практические занятия	65
Контрольные работы	4
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	54
- Оценить физическое развитие и телосложение испытуемого.	1
- Дать анатомо-физиологическую характеристику сердечно-сосудистой системе.	2
- Дать анатомо-физиологическую характеристику системы дыхания.	4
- Провести анализ врачебно-педагогического контроля, связанного с оценкой тренировочного занятия.	3
- Составить комплексы дыхательных, корригирующих упражнений, на координацию движений и в равновесии, упражнений в сопротивлении.	6
- Составить комплексы лечебной физической культуры, при заболеваниях сердечно-сосудистой системе по заданию преподавателя.	3
- Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания по заданию преподавателя.	6
- Составить комплексы лечебной физической культуры при повреждениях и травмах нервной системы по заданию преподавателя.	4
- Дать анатомическую характеристику опорно-двигательному аппарату.	5
- Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата по заданию преподавателя.	3
- Дать физиологическую характеристику детского организма с учетом возрастных особенностей.	3
- Физиологическое влияние основных приемов массажа на организм человека.	2
- Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы.	4
- Работа с методической литературой.	8
Промежуточная аттестация в форме - экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем.	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля		30	
Тема 1.1. Определение и оценка физического развития и телосложения.	<i>Содержание учебного материала:</i>	10	
	Дать понятие «физическое развитие» и «телосложение» Определить методы исследования физического развития и телосложения; наружный осмотр, антропометрия. Рассмотреть оценку физического развития; антропометрические стандарты, метод корреляции, метод индексов, жизненный индекс.	4	1
	<u>Лабораторные работы</u> - Оценка телосложения (соматоскопия): осанка, положение головы, плечевой пояс, позвоночник, грудная клетка, форма живота. - Оценка физического развития методом стандартов или средних антропометрических данных. - Оценка физического развития методом индексов: весоростовой индекс Кетле, жизненный индекс, силовые индексы.	2 2 2	2,3
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Оценить физическое развитие и телосложение испытуемого.	4	

Тема 1.2 Характеристика и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы.	<i>Содержание учебного материала:</i>		6	
		Влияние мышечной нагрузки на состояние сердечно-сосудистой системы. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. Клинические методы исследования С.С.С.: опрос, осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация, измерение артериального давления (АД). Инструментальные методы исследования: рентгенологический, ультразвуковой, эхокардиография и др. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы и физической работоспособности: проба Летунова, степ-тест (Гарвордский тест), проба PWC 170.	2	1
	<u>Лабораторные работы</u> - Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы (пробы с дозированной физической нагрузкой; проба Летунова, степ-тест (Гарвордский тест), проба PWC 170. - Исследование функционального состояния вегетативно-сосудистой системы с помощью ортостатической и глазо-сердечной проб.		2	1,2
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Дать анатомо-физиологическую характеристику сердечно-сосудистой системе.		2	
Тема 1.3 Характеристика и оценка функционального состояния системы дыхания.	<i>Содержание учебного материала:</i>		4	1
	Характеристика системы дыхания. Внешнее и внутреннее дыхания. Методы исследования внешнего дыхания.		2	
	<u>Лабораторные работы.</u> - Оценка функционального состояния системы дыхания; частота дыхания (ЧД), жизненная емкость легких (ЖЕЛ), проба Розенталя, максимальная вентиляция легких (МВЛ), проба Штанге, проба Генчи.		2	2,3

	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Дать анатомо-физиологическую характеристику системы дыхания	2	
Тема 1.4 Характеристика и оценка нервной и нервно-мышечной систем	<i>Содержание учебного материала:</i>	8	
	Характеристика центральной, периферической, вегетативной нервной систем и нервно-мышечного аппарата.	4	
	<u>Лабораторные работы.</u> - Исследование координационной функции нервной системы с помощью пробы Ромберга.	2	
	- провести исследование функционального состояния нервно-мышечной системы с помощью оценки ее лабильности	2	
Тема 1.5 Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями.	<i>Содержание учебного материала:</i>	2	1
	<u>Лабораторные работы:</u> Провести врачебно-педагогический контроль, связанный с оценкой тренировочного занятия; - определить реакции занимающегося на физические нагрузки по изменениям частоты пульса, -определение реакции на физические нагрузки по изменению артериального давления, - определение реакции на физические нагрузки по данным наблюдений за изменением силы кистей и координационной пробы.	2	2,3
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся. Анализ врачебно-педагогического контроля, связанного с оценкой тренировочного занятия.	2	
Раздел 2 Лечебная физическая культура		36	

Тема 2.1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК)	<i>Содержание учебного материала:</i>		10	
	1	Особенности метода ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций.	2	1,2
	2	Средства ЛФК. Характеристика и классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК. Основные средства ЛФК: физические упражнения, дыхательные упражнения, корригирующие упражнения, упражнения на координацию движений и в равновесии, упражнения в сопротивлении, идеомоторные упражнения, упражнения в посылке импульсов, спортивно-прикладные упражнения. Дополнительные средства ЛФК: трудотерапия, механотерапия.	4	
	3	Формы и методы ЛФК. Формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, занятия лечебной гимнастикой, лечебная дозированная ходьба, плавание, гребля, катание на коньках, ходьба на лыжах; дозированное восхождение, туризм, спортивные и подвижные игры. Периоды ЛФК : вводный, основной, заключительный. Организация занятий ЛФК. Методы проведения лечебной гимнастики. Двигательные режимы. Показания и противопоказания к применению ЛФК.	3	
	<u>Контрольные работы:</u> Характеристика средств ЛФК		1	
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Составить комплексы дыхательных, корригирующих упражнений, на координацию движений и в равновесии, упражнений в сопротивлении		3	
Тема 2.2.	<i>Содержание учебного материала:</i>		4	

Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой культуры.	Механизмы лечебного воздействия физических упражнений. Основы методики занятий. ЛФК при атеросклерозе, инфаркте миокарда, сердечно-сосудистой недостаточности, гипертонии, гипотонии, пороках сердца. Организация и методика проведения занятий. Особенности занятий с детьми.	2	1
	<u>Практические занятия:</u> Составить и провести комплексы лечебной физической культуры при атеросклерозе, инфаркте миокарда, сердечно-сосудистой недостаточности, гипертонии, гипотонии, пороках сердца.	2	2,3
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Составить комплексы лечебной физической культуры, при заболеваниях сердечно-сосудистой системе по заданию преподавателя.	3	
Тема 2.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.	<i>Содержание учебного материала:</i>	6	2,3
	Механизмы лечебного действия средств ЛФК. Задачи ЛФК. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Организация и основы методики ЛФК при бронхиальной астме, заболеваниях легких. Парадоксальная дыхательная гимнастика по методу Бутейко и по методу А.Н. Стрельниковой. Особенности ЛФК при некоторых заболеваниях органов дыхания.	2	
	<u>Практические занятия:</u> - Организация и методика проведения занятий ЛФК при бронхиальной астме, пневмонии, плеврите. Проведение комплексов лечебной гимнастики. - Проведение комплексов лечебной гимнастики по методу Бутейко и дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой.	2 2	
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Разработать комплексы		

	лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания по заданию преподавателя.		3	
Тема 2.4. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	<i>Содержание учебного материала:</i>		4	1,2
	1	Краткая клиническая характеристика заболеваний и травм центральной и периферической нервной системы. Задачи ЛФК, средства ЛФК, лечебная гимнастика при инсультах, травматических повреждениях головного и спинного мозга, в комплексном лечении повреждений периферической нервной системы. Показания и противопоказания к применению ЛФК.	2	
	<u>Практические занятия:</u> - Организация и методика проведения занятий ЛФК при инсультах, травматических повреждениях головного и спинного мозга.		2	2,3
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Составить комплексы лечебной физической культуры при повреждениях и травмах нервной системы по заданию преподавателя.		3	
Тема 2.5. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата (ОДА)	<i>Содержание учебного материала:</i>		10	1 1,2
	1	Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов. Клинико-физиологическое обоснование применения лфк при артритах, артрозах. Показания и противопоказаний к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Применение лечебной гимнастики в различные периоды ЛФК.	2	
	2	Лечебная физкультура при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии. Клинико-физиологическое обоснование к применению средств лечебной физической культуры. Основы корригирующей гимнастики. Воспитание правильной осанки.	2	

		Методика корригирующей гимнастики при деформации грудной клетки, тотальном кифозе с круглой спиной. ЛФК при сколиозе, кифозе, лордозе. Организация и методика проведения занятий корригирующей гимнастикой. Профилактика нарушений осанки.	2	1,2
	3	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата		
	<u>Практические занятия:</u> - Организация и проведение комплексов лечебной физической культуры при вывихах, переломах позвоночника, переломах верхних и нижних конечностей. - Организация и проведение комплексов ЛФК при сколиозах, кифозах, лордозах, плоскостопиях.		2	2,3
	<u>Самостоятельная работа обучающихся:</u> - Дать анатомическую характеристику опорно-двигательному аппарату. - Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата по заданию преподавателя.		2	
			5	
Тема 2.6 Организация занятий ЛФК в специальных медицинских группах в школах.	<i>Содержание учебного материала:</i>		2	1
	1	Задачи физического воспитания специальных медицинских групп. Средства лечения и профилактики патологических состояний, наблюдаемых у школьников. Назначение в спецгруппу. Комплектование спецгрупп. Показание к применению корригирующей гимнастики	2	
	<u>Самостоятельная работа обучающихся:</u> Дать физиологическую характеристику детского организма с учетом возрастных особенностей.		2	1

Раздел 3		42	1,2
Основы массажа			
Тема 3.1.	<i>Содержание учебного материала:</i>	18	
Массаж. Виды массажа. Физиологическое влияние массажа на организм.	Понятие массаж. Виды массажа. Действие массажа на организм (кожа, мышечная система, система кровообращения, лимфатическая система, нервная система).	2	
	Приёмы массажа, их физиологическое влияние на организм: поглаживание, растирание, разминание, вибрация (основные и вспомогательные приёмы).	4	
	<u>Практические занятия:</u> - Поглаживание. Физиологическое влияние поглаживания на организм. Техника основных приемов поглаживания. Вспомогательные приемы поглаживания. Общие методические указания при выполнении приемов поглаживания.	3	
	- Растирание. Физиологическое влияние растирания на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов. Общие методические указания при выполнении приемов растирания.	3	
	- Разминание. Физиологическое влияние растирания на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов. Общие методические указания, при выполнении приемов разминания.	3	
	- Вибрация. Физиологическое влияние вибрации на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов вибрации.	2	
	Контрольные работы: Приёмы массажа.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся; Физиологическое влияние основных приемов массажа на организм человека.	3	

Тема 3.2. Техника массажа отдельных частей тела.	<i>Содержание учебного материала:</i>	12	1,2
	Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы: массаж головы, верхних конечностей, нижних конечностей, спины, груди, живота.	4	
	<u>Практические занятия:</u>		
	Техника выполнения массажа спины, поясничной области и таза.	2	
	Техника выполнения массажа верхних конечностей.	2	
	Техника выполнения массажа нижних конечностей.	2	
Тема 3.3. Массаж при заболеваниях сердца, гипертонической болезни.	Техника выполнения массажа груди, живота, головы.	2	
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся:	7	
	- Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы.		
	<i>Содержание учебного материала:</i>	4	1,2
	Основные показания к применению массажа. Задачи массажа.		
	Методика проведения массажа.	2	
Тема 3.4. Массаж при заболеваниях и повреждениях позвоночника и суставов.	<u>Практические занятия:</u>		
	Выполнение процедуры массажа при ишемической болезни сердца, гипертонической болезни.	2	
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Работа с методической литературой.	7	
	<i>Содержание учебного материала:</i>	8	
	Массаж при заболеваниях и повреждениях позвоночника, заболеваниях суставов. Массаж при сколиозе и плоскостопии. Задачи массажа. Показания и противопоказания к проведению массажа.	2	
	<u>Практические занятия:</u>		
	Проведение массажа при заболеваниях и повреждениях позвоночника, при заболеваниях суставов.	2	

	Проведение процедуры массажа при сколиозе и плоскостопии.	2	
	Проведение процедуры массажа при травмах опорно-двигательного аппарата	2	
	<u>Самостоятельная работа</u> обучающихся: Проведение процедуры самомассажа. Массаж при травмах опорно-двигательного аппарата	8	
	Всего	162	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация общепрофессиональной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета лечебной физической культуры и массажа, гимнастики.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя; УДМК: программы, календарно-тематические планы, поурочные планы, лекционный материал, задания для самостоятельной работы обучающихся, задания для практических занятий, раздаточный материал.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Дейли, Дебра Лечебная гимнастика. Энциклопедия / Дебра Дейли. – М.: Издательство «Эксмо» ООО, 2015. – 224 с.
2. Дубровский В.И. Всё о массаже/ В.И. Дубровский.- М.: Физкультура и спорт, 2016.-256 с.
3. Епифанов В. А. Реабилитация больных, перенесших инсульт / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов, О.С. Левин. – М.: МЕДпресс-информ, 2016. – 248 с.
4. Киселев Дмитрий Анатольевич Кинезиотейпинг в лечебной практике неврологии и ортопедии / Киселев Дмитрий Анатольевич. – М.: Питер, 2015. – 477 с.
5. Маргазин ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем / Маргазин. – Москва: ИЛ, 2015. – 196 с
6. Рубанович В. Б. Научная школа: НИПКиПРО (г. Новосибирск). Кафедра физической культуры и спорта. Новосибирский государственный педагогический университет (г. Новосибирск). 2019г.
7. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. – 688 с.

Дополнительные источники:

1. Амосов Н.М. Бендет Я.А. Физическая активность и сердце. – Киев: Здоровье, 2009.- 216 с.
2. Апанасенко Г.Л. Лечебная физическая культура и врачебный контроль.- М.: Медицина, 2004,-528 с.
3. Атаев З.М. Изометрическая гимнастика при лечении переломов трубчатых костей. – М.: Медицина. 2013.- 160 с.
4. Башкиров В.Ф. Комплексная реабилитация спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата. – М.: Физкультура и спорт, 2004.-240 с.
5. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж : Учебно-методическое пособие для медицинских работников – М.: Советский спорт, 2006.- 272с.
6. Бирюков А.П. Спортивный массаж. – М.: Физкультура и спорт, 2005.- 128 с.
7. Брэгг П.С. Позвоночник-ключ к здоровью. М.: Медицина. 2005.- 335 с.
8. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах; Учебное пособие для техникумов.- М.: Высшая школа, 2006.-253 с.
9. Бубновский С.М. Грыжа позвоночника – не приговор.-М.: Эксмо.2010.-192 с.
10. Винокуров Д.А. Частные методики лечебной физической культуры.- М.: Медицина. 2010.-176 с.
- 11.Васильев В.Е. .Лечебная физическая культура.- М.: Физкультура и спорт, 2003.- 378 с.
- 12.Васичкин В.И. Справочник по массажу.- Л.; Медицина, 1996.- 192 с.
- 13.Васичкин В.И. Сегментарный массаж-3-е изд. – СПб.: ООО «Издательство «Полигон», 2002.-175с
- 14.Васичкин В.И. Всё про массаж/ В.И. Васичкин..- М.: - ООО «Издательство АСТ»; СПб.: ООО «Издательство «Полигон», 2002.- 299 с.
- 15.Вербов А.Ф. Лечебный массаж.- М.: Селена, 2006,- 288с.
- 16.Гончаров М.Н. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. – М.: Медицина, 2004.- 205 с.
- 17.Дмитриев А.Е., Маринченко А.Л. Лечебная физкультура при операциях на органы пищеварения, - Л.: Медицина,2010.-160 с.
- 18.Добровольский В.К. Лечебная физическая культура реабилитации постинсультных больных. – Л.: Медицина, 2006.-144 с.
- 19.Дикуль В.И. Жизнь без боли в шеи.- М.: Эксмо 2012. -128с.
- 20.Дикуль В.И. Жизнь без боли в пояснице.- М.: Эксмо 2012. -144с.

21. Дудниченко С.А. Дыхательные методики: по Стрельниковой, Фролову и Ниши – М.: Эксмо, 2007.-320с.
22. Довгань В.И., Темкин И.Б. Механотерапия. – Л. Медицина. 2011.-128 с.
23. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник/В.А Епифанов. – М.:ГЭОТАР-Медиа, 2012.-528с
22. Коновалов С.С. Книга, которая лечит. Болезни позвоночника и суставов – СПб.: Издательство «Прайм-Еврознак», 2003.- 160с.
23. Латокус С.И. Руководство по технике массажа и мануальной терапии.- М.: ООО «Издательство АСТ»; Харьков: «Торсинг», 2002.-286 с.
24. Лебедев В.С. Лечебная физическая культура при инфаркте миокарда – Л.: Медгиз. 2013.-144 с.
25. Ловейка И.Д, Фонарев М.И. Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника у детей.- Изд.-2-е.- Л.: Медицина,2008.-144 с.
26. Провосудов В.П. Учебник инструктора по лечебной физической культуре.- М.: Физкультура и спорт, 2007. – 415 с.
27. Практические занятия по врачебному контролю, Под общ. ред. А.Г. Дембо, М., «Физкультура и спорт», 1976, 128с.
28. Саркисов – Серазини И.М. Спортивный массаж. – М.: Селена, 2006.-288 с.
29. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. – Л.: Медицина,-2003. – 357 с.
30. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой.-М.: Метефора,2006.-128с.
31. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой. Книга-билет-М.: Метефора.2009.- 240с.
32. Щетинин М.Н. Дыхание по Стрельниковой побеждает болезни. Заболевание позвоночника и суставов.- М.: Книжный Клуб 36.6, 2009.-128с.

Профильные периодические издания:

«Медицина», «Теория и практика физической культуры», «Спорт в школе», «Физическая культура», «Физкультура и спорт», «Физическая культура в школе» и др.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения:	
- взаимодействовать с медицинским работником при врачебно-педагогических наблюдений , обсуждать их результаты ; - проводить простейшие функциональные пробы ; - под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК); - использовать основные приемы массажа	Тестирование Дифференцированный зачет Дифференцированный зачет Практический зачет
Усвоенные знания:	
- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; - назначение и методику проведения простейших проб; - значение ЛФК и лечение заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; - средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;	Дифференцированный зачет Практический зачет Тестирование Устный опрос Контрольная работа

- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК; - показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК; - основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста; - особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа	Коллоквиум Коллоквиум, устный опрос Практический зачет Устный опрос, дифференцированный зачет Дифференцированный зачет Коллоквиум, устный опрос Письменная контрольная работа
---	--

Рецензия

на рабочую программу ОП.06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» для специальности 49.02.01 Физическая культура, разработанную преподавателем КамПК Протасовой Галиной Григорьевной

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта, утвержденного приказом министерства образования и науки РФ № 1355 ОТ 27.10.2014 г., по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана, положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей.

Автором проведена огромная работа по систематизации имеющихся знаний по врачебному контролю, спортивной медицины и ЛФК, проанализировано достаточно большое количество литературных источников.

В своей структуре программа содержит пояснительную записку с примерным распределением учебных часов, перечень видов, форм учебных занятий, требования, предъявляемые к студентам по курсам изученного предмета, контрольный объем теоретического материала, лабораторных работ, необходимых для профессиональной подготовки специалистов по физической культуре.

Особая значимость программы определяется ее практической направленностью, о чем свидетельствует достаточно большое количество практических и лабораторных работ по разделу учебного материала.

В рабочей программе в полной мере отражены компетенции обучающимся, формируемые в результате освоения дисциплины, указан перечень и описание компетенций, а так же требования к знаниям, умениям и навыкам, полученным в ходе изучения дисциплины.

В целом рецензируемая программа может быть рекомендована для внедрения в процесс обучения на отделении физической культуры педагогического колледжа.

Рецензент:

Преподаватель высшей квалификационной категории
КамПК _____ Л.А.Головченко

Рецензия
на рабочую программу ОП.06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» для специальности 49.02.01 Физическая культура, разработанную преподавателем КамПК Протасовой Галиной Григорьевной

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта, утвержденного приказом министерства образования и науки РФ № 1355 ОТ 27.10.2014 г., по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана, положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей.

Рабочая программа имеет структуру, отвечающую современным требованиям к разработке рабочих программ, необходимых для обучения студентов средних специальных учебных заведений.

Основные требования к знаниям и умениям студентов, сформулированные в рабочей программе соответствуют содержанию учебного материала.

Оптимальное сочетание теоретических и практических занятий обеспечивает реализацию цели дисциплины: приобретение студентами знаний в области врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа.

При составлении рабочей программы определены виды и формы контроля знаний и умений студентов.

Рабочая программа включает тематическое планирование, учитывающее максимальную нагрузку и часы на практические занятия.

В рабочей программе в полной мере отражены компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины, указан перечень и описание компетенций, а так же требования к знаниям, умениям и навыкам, полученным в ходе изучения дисциплины.

Следует отметить как положительный факт, планирование самостоятельной работы (внеаудиторной) студентов, разнообразные виды и тематика которой, безусловно, отражает положительное влияние на развитие творческих способностей и интерес к избранной специальности.

Рекомендуемая литература к программе представлена достаточно широко. Большой перечень дополнительной литературы и Интернет-ресурсов.

Рабочая программ ОП.06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» реализуется в течении 6,7 и 8 семестров.

Данная рабочая программа соответствует современным требованиям по разработке рабочих программ и может быть использована в качестве действующей рабочей программы.

Рецензент:

Зам.директора по воспитательной работе

ГБПОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж»

преподаватель высшей квалификационной категории _____ Н.А.Моисеева