

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Б1. О.05.02  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Современные проблемы физической реабилитации**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)

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

направленность (профиль)/специализация

Адаптивное физическое воспитание и спорт

Форма обучения: заочная

Год набора: 2019

Общая трудоемкость: 5 ЗЕТ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	4	Итого
Форма контроля	экзамен	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные	4	4
Практические	4	4
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация		
Контактная работа	12.35	12.35
Самостоятельная работа	159	159
Контроль	8.65	8.65
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>180</b>

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.б.н., доцент Хорошева Т.А.

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки (специальности) 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» августа 2021 г.**

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

---

*(протокол заседания № 2 от «21» сентября 2018 г.).*

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – изучение теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека и механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, мощности, продолжительности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Анатомия человека», «Физиология человека».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Спортивная медицина», «Физическая реабилитация».

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации (ОПК-6)	ОПК-6.1 Анализирует российский и зарубежный опыт для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	Знать: российский и зарубежный опыт для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
		Уметь: анализировать российский и зарубежный опыт для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
		Владеть: способностью анализировать российский и зарубежный опыт для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся
	ОПК-6.2 Выбирает оптимальные формы и виды тренировочных занятий, типы нагрузок для занимающихся.	Знать: оптимальные формы и виды тренировочных занятий, типы нагрузок для занимающихся.
		Уметь: выбирать оптимальные формы и виды тренировочных занятий, типы нагрузок для занимающихся.
		Владеть: способностью выбирать оптимальные формы и виды тренировочных занятий, типы нагрузок для занимающихся.

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	ОПК-6.3 Подбирает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств.	<p>Знать: комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств.</p> <p>Уметь: подбирать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств.</p> <p>Владеть: способностью подбирать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств</p>
Способен проводить комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека (ОПК-8)	ОПК-8.1 Планирует и проводит с занимающимися занятия на основе комплексов упражнений с целью профилактики заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья	<p>Знать: как планировать и проводить с занимающимися занятия на основе комплексов упражнений с целью профилактики заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Уметь: планировать и проводить с занимающимися занятия на основе комплексов упражнений с целью профилактики заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>Владеть: способностью планировать и проводить с занимающимися занятия на основе комплексов упражнений с целью профилактики заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
	ОПК-8.2 Определяет и корректирует объем и направленность физических нагрузок занимающихся для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания),	Знать: как определить и корректировать объем и направленность физических нагрузок занимающихся для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений	Уметь: определять и корректировать объем и направленность физических нагрузок занимающихся для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений
		Владеть: способностью определить и корректировать объем и направленность физических нагрузок занимающихся для предупреждения негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений
	ОПК 8.3 Подбирает и использует технические средства, методики и приемы физического воздействия на организм занимающихся с целью повышения эффективности занятий	Знать: как использовать технические средства, методики и приемы физического воздействия на организм занимающихся с целью повышения эффективности занятий
		Уметь: использовать технические средства, методики и приемы физического воздействия на организм занимающихся с целью повышения эффективности занятий
Способен использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека (ОПК-7)	ОПК-7.1 Обосновывает выбор средств и методов, применяемых для реабилитации, сохранения или поддержания функционального состояния занимающихся различных нозологических групп	Знать: средства и методы, применяемые для реабилитации, сохранения или поддержания функционального состояния занимающихся различных нозологических групп.
		Уметь: использовать средства и методы, применяемые для реабилитации, сохранения или поддержания функционального состояния занимающихся различных нозологических групп

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		Владеть: способностью использовать средства и методы, применяемые для реабилитации, сохранения или поддержания функционального состояния занимающихся различных нозологических групп
	ОПК-7.2Подбирает и объединяет в комплексы упражнения для целенаправленного воздействия на организм занимающихся с учетом их физического состояния и характера нарушений функций организма	Знать:комплексы упражнения для целенаправленного воздействия на организм занимающихся с учетом их физического состояния и характера нарушений функций организма
		Уметь: использовать комплексы упражнения для целенаправленного воздействия на организм занимающихся с учетом их физического состояния и характера нарушений функций организма
		Владеть: способностью использовать комплексы упражнения для целенаправленного воздействия на организм занимающихся с учетом их физического состояния и характера нарушений функций организма
	ОПК-7.3Прогнозирует воздействие отдельных упражнений или комплексов упражнений на организм занимающихся различных нозологических, групп	Знать:воздействие отдельных упражнений или комплексов упражнений на организм занимающихся различных нозологических групп
		Уметь: :воздействовать отдельными упражнениями или комплексами упражнений на организм занимающихся различных нозологических, групп
		Владеть: способностью воздействовать отдельными упражнениями или комплексами упражнений на организм занимающихся различных нозологических, групп

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1. Физическая реабилитация в травмотологии и ортопедии	лекция	Определение реабилитации, виды реабилитации, средства и методы физической реабилитации. Составление	3	2	-	-	
	Практическое занятие	Составление реабилитационной программы при переломах трубчатых костей	3	2	-	-	
Модуль 2. Физическая реабилитация при заболеваниях вегетативных систем	лекция	Современные методы реабилитации при заболеваниях вегетативных систем	3	2	-	-	
	Практическое занятие	Реабилитация при нарушениях эндокринной деятельности	3	2	-	-	
	Лабораторная работа	Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы.	3	2	-	-	

<b>Модуль (раздел)</b>	<b>Вид учебной работы</b>	<b>Наименование тем занятий (учебной работы)</b>	<b>Семестр</b>	<b>Объем, ч.</b>	<b>Баллы</b>	<b>Интерактив, ч.</b>	<b>Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)</b>
	Лабораторная работа	Физическая реабилитация после инсульта.	4	2	-	-	
<b>Итого:</b>				<b>12</b>			

**Схема расчета итогового балла: -**



## **5. Образовательные технологии**

Технология традиционного обучения.

Традиционная лекция. Методы: объяснительно-иллюстративные.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Самостоятельная работа студента предполагает работу с учебной и учебно-методической литературой.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от изучения рекомендованной литературы, выполнения заданий.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции, практические занятия. В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на выполнение практических занятий и указания на самостоятельную работу.

При выполнении практических занятий студенты должны руководствоваться материалами из учебно-методической литературы по дисциплине, а также знаниями, полученными после изучения учебной литературы.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
3	<p>Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации (ОПК-6)</p> <p>Способен использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека (ОПК-7)</p> <p>Способен проводить комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека (ОПК-8)</p>	ИДЗ (составление комплекса реабилитационных мероприятий для восстановления после болезней или травм, на выбор). Выполнение практических работ.

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 7.2.1. Типовые практические работы

1. Составление реабилитационной программы при переломах трубчатых костей
2. Составление методики реабилитации при сколиозах
3. Физическая реабилитация при травмах кисти
4. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда
5. Физическая реабилитация постинсультных больных
6. Реабилитация при варикозном расширении вен
7. Физическая реабилитация при заболеваниях печени и поджелудочной железы
8. Физическая реабилитация при нарушениях интеллекта
9. Реабилитация при нарушениях эндокринной деятельности

**Критерии оценки:** работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, разработан комплекс упражнений для проведения одного занятия при заболеваниях, изучаемых на практических занятиях.

#### 7.2.3. Типовое ИДЗ (комплекс реабилитационных мероприятий для восстановления после болезней или травм, на выбор).

Студенту предлагается составить комплекс реабилитационных мероприятий для восстановления после заболевания или травмы. Комплекс должен включать в себя: мероприятия на щадящем этапе, на функциональном этапе и на тренировочном этапе.

Оформить комплекс можно в виде таблицы с перечислением упражнений, дозировкой, количеством повторений и методическими указаниями.

Предлагаемые темы:

1. Перелом голеностопного сустава (латеральная лодыжка).
2. Пневмония.
3. Гастрит с повышенной секрецией.
4. Язва желудка.
5. Нефрит.
6. Подагра.
7. Перелом плечевой кости.
8. Инфаркт миокарда.
9. Перелом ключицы.
10. Травматическая болезнь спинного мозга.

### 7.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### Вопросы к экзамену

№ п/п	Вопросы
1	Понятие о реабилитации, история возникновения реабилитации.
2	Деятельность международных организаций, занимающихся вопросами реабилитации.
3	Реабилитация, и ее виды.
4	Физическая реабилитация как компонент АФК.
5	Принципы физической реабилитации.
6	Средства физической реабилитации.
7	ЛФК как основное средство реабилитации. Формы ЛФК. Классификация физических упражнений.
8	Физиотерапия, методы. Показания и противопоказания.
9	Понятие о травмах и травматической болезни.
10	Определение перелома, виды переломов. Реабилитация при переломах трубчатых костей.
11	15. Физическая реабилитация при переломах костей пояса верхних конечностей.
12	Физическая реабилитация при переломах костей пояса нижних конечностей.
13	Составление программ по физической реабилитации для получивших травмы позвоночника.
14	Физическая реабилитация при различных видах искривления позвоночника.
15	Плоскостопие. Степени, этиология, патогенез. Физическая реабилитация при плоскостопии.
16	Заболевания сердечно-сосудистой системы. Общие принципы реабилитации таких больных. Контроль за состоянием ССС в период реабилитационных мероприятий.
17	Заболевания сосудов (атеросклероз, варикозное расширение вен, облитерирующий эндартериит), этиология, патогенез, средства физической реабилитации.
18	Заболевания сердца (ишемическая болезнь сердца, стенокардия, аритмия, инфаркт миокарда), этиопатогенез, принципы реабилитации.
19	Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительного тракта. Общие принципы и методы при заболеваниях органов пищеварения.
20	Гастрит, виды гастритов, этиология, патогенез. Физическая реабилитация при гастритах.
21	Язва желудка и 12-ти перстной кишки. Этиопатогенез, методы физической реабилитации, противопоказания к занятиям.
22	Заболевания поджелудочной железы и печени. Физическая реабилитация при этих заболеваниях.
23	Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.
24	Заболевания верхних дыхательных путей (ринит, ларингит, синусит и т.д.), этиология, симптомы, средства физической реабилитации.
25	Бронхиты, виды бронхита, причины возникновения, симптомы, принципы реабилитации при бронхитах и бронхиальной астме.
26	Нарушения обмена веществ. Физическая реабилитация при нарушении жирового обмена (ожирение). Степени ожирения, этиопатогенез, средства реабилитации.

№ п/п	Вопросы
27	Физическая реабилитация при нарушениях углеводного обмена (сахарный диабет) и белкового обмена (подагра). Этиопатогенез этих заболеваний.
28	Заболевания женской половой сферы (аднекситы, опущение матки и т.д.), физическая реабилитация, средства, методы, дозировка. Занятия ЛФК с беременными.
29	Применение средств реабилитации при заболеваниях мужской половой сферы (простатит, опущение яичек и т.д.).
30	Заболевания мочевыделительной системы (нефрит, опущение почки, нефроз, пиелонефрит и т.д.). Физическая реабилитация, основные принципы и средства.
31	Травматическая болезнь спинного мозга (ТБСМ), этиология, патогенез, физическая реабилитация спинальных больных.
32	Нарушения в центральной нервной системе. Понятие об умственной отсталости, виды УО, основные принципы и средства реабилитации таких больных.
33	Понятие о ДЦП, формы и степени ДЦП, этиология, патогенез, физическая реабилитация.
34	Синдром Дауна. Возможности реабилитации детей с синдромом Дауна. Аутизм, этиология, патогенез, средства реабилитации при аутизме.
35	Нарушения сенсорных систем организма. Нарушения функций органа зрения. Причины. Физическая реабилитация слабовидящих, слепых и т.д.
36	Физическая реабилитация людей, имеющих нарушения слуха. Классификация слуховых нарушений, этиология, патогенез.

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
1	Зачет	«зачтено»	Студент грамотно ответил на заданные вопросы, владеет терминологией, при ответах выделялось главное, все теоретические положения умело увязывались с требованиями руководящих документов; ответы были четкими и краткими, а мысли излагались в логической последовательности; показано умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы
		«не зачтено»	Студент не раскрыл тему вопроса, не владеет основными понятиями и терминами, не может ответить на дополнительные вопросы.



## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
	Налобина А.Н.	Основы физической реабилитации [Электронный ресурс]: учебник / А. Н. Налобина [и др.]; под ред. А. Н. Налобиной. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 332 с. - ISBN 978-5-4486-0160-6.	Электронный учебник	2018	ЭБС «IPRbooks»
	Миронова Е.Н.	Основы физической реабилитации [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Е. Н. Миронова. - Орел: МАБИН, 2017. - 199 с. : ил.	Электронное учебно-методическое пособие	2017	ЭБС «IPRbooks»
		Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК на занятиях физической культурой [Электронный ресурс]: (метод. пособие) / Набережночелнин. гос. пед. ун-т ; [авт.-сост. В. В. Андреев и др.]. - Набережные Челны: НГПУ, 2017. - 96 с. - ISBN 978-5-98452-148-2.	Электронное учебное пособие	2017	ЭБС «IPRbooks»

## 8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
	Горелик В.В.	Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. В. Горелик ; ТГУ ; Ин-т физ. культуры и спорта ; каф. "Адаптивная физ. культура". - ТГУ. - Тольятти : ТГУ, 2012. - 125 с. - Библиогр.: с. 124. - Словарь терминов: с. 114-123.	Электронное учебное пособие	2012	Репозиторий ТГУ
	Хорошева Т.А.	Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов специальности "Физическая культура" очной и заочной форм обучения / Т. П. Епихина ; ТГУ ; Фак. физ. культуры и спорта ; каф. "Адаптивная физ. культура". - ТГУ. - Тольятти : ТГУ, 2010. - 222 с. : ил. - Библиогр.: с. 214-215. - Прил.: с. 216-220.	Электронное учебно-методическое пособие	2010	Репозиторий ТГУ



### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniy.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

п/п	Наименование ПО	Количество лицензий	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно
2	Office Standart	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно; Договор № 727 от 20.07.2016г., срок действия - бессрочно

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	У-125 Лекционная аудитория Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.	Парты (монблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.
	У-321 Аудитория для практических занятий Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового	Столы ученические двухместные; стол преподавательский ; стул преподавательский ; стулья ученический, доска аудиторная

№ п/п	<b>Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)</b>	<b>Перечень основного оборудования</b>
	проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.	
2	<p>У-213</p> <p>Помещение для самостоятельной работы студентов</p> <p>Компьютерный класс.</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа.</p> <p>Учебная аудитория для проведения лабораторных работ.</p> <p>Учебная аудитория для практических занятий.</p> <p>Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ.</p> <p>Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ).</p> <p>Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Помещение для самостоятельной работы.</p>	<p>Столы ученические двухместные, стол преподавательский , стулья, доска аудиторная (меловая) , компьютеры с выходом в сеть Интернет</p>