



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДВФУ)

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

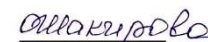
Согласовано  
Школа искусств и гуманитарных наук  
Руководитель ОПОП

 \_ Журавская Н.С.

подпись) (Ф.И.О.)

« 05 » 07 2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор департамента  
физической культуры и спорта

 Шакирова О.В.  
(подпись) (Ф.И.О. зав. каф.)  
« 05 » 07 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации**

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

Магистерская программа «Физическая реабилитация»

курс 1,2 семестр 2,3

лекции 36 час.

практические занятия 18 час.

лабораторные работы \_\_\_\_\_ час.

в том числе с использованием МАО лек. \_\_\_\_\_ /пр. 18 /лаб. \_\_\_\_\_ час.

всего часов аудиторной нагрузки 54 час.

в том числе с использованием МАО 18 час.

самостоятельная работа 162 час.

в том числе на подготовку к экзамену 54 час.

контрольные работы (количество)

курсовая работа / курсовой проект \_\_\_\_\_ семестр

зачет 2 семестр

экзамен 3 семестр

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями стандарта ДВФУ по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), принят решением Ученого совета ДВФУ протокол №01-16 от 28.01.2016 и введен в действие приказом ректора ДВФУ от 10 марта 2016 г. № 12-13-391. Рабочая программа обсуждена на заседании департамента протокол № 12 от 05.07.2019г.

Директор Департамента Шакирова О.В.

Составитель: д.м.н., профессор Шакирова О.В.

**Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта:**

Протокол от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Директор Департамента \_\_\_\_\_  
(подпись) (и.о. фамилия)

**Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта:**

Протокол от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Директор Департамента \_\_\_\_\_  
(подпись) (и.о. фамилия)

## АННОТАЦИЯ

Рабочая программа дисциплины «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» разработана для студентов очной формы обучения по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), магистерская программа «Физическая реабилитация».

Дисциплина «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» входит в вариативную часть блока «Дисциплины (модули)».

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 часов. Учебным планом предусмотрены лекционные занятия (36 ч), практические занятия (18 ч), в том числе с использованием МАО (18 ч), самостоятельная работа студента (162 ч.), в том числе на подготовку к экзамену (54 ч.). Дисциплина реализуется на 1 и 2 курсе во 2-м и 3-м семестре.

Дисциплина логически и содержательно связана с такими учебными курсами, как «Теория и методология адаптивной физической культуры и ее видов», «Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях», «Коррекционная педагогика и частные методики адаптивной физической культуры» и опирается на их содержание.

Содержание дисциплины охватывает следующий круг вопросов:

- ознакомление с клиническими данными наиболее распространенных заболеваний;
- изучение механизмов лечебного действия физических упражнений;
- изучение общих основ организации и методики физической реабилитации;
- изучение методик физической реабилитации при наиболее распространенных заболеваниях и повреждениях;

**Цель** освоения дисциплины «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» - усвоение

студентами теоретических основ предмета, приобретение практических навыков осуществления физической реабилитации больных, страдающих различными заболеваниями и получивших травмы.

Поставленная цель достигается решением следующих **задач**:

1. Углубленное изучение закономерностей, свойств состояния здоровья человека, в том числе инвалида, изучение закономерностей формирования и возможностей развития компенсаций у человека; влияния занятий лечебной физической культурой на уровень жизненного самообеспечения и повышение физической, интеллектуальной и общественной активности.
2. Освоение современных методов и средств физической реабилитации больным с различными заболеваниями (травмами) и оздоровления инвалида различных половозрастных групп и степени инвалидности.
3. Обобщение и внедрение в профессиональную деятельность передового опыта по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и совершенствованию средств и методов индивидуальных программ реабилитации и современных способов наиболее полного устранения или развития оставшихся ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья;
4. Овладение следующими видами профессиональной деятельности: педагогической, реабилитационной (восстановительной), компенсаторной.

Для успешного изучения дисциплины «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» у обучающихся должны быть сформированы следующие предварительные компетенции федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (уровень бакалавриата):

- знание истории, закономерностей, функций, принципов, средств и методов отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры (ОПК-2);

- знание отечественного и зарубежного опыта адаптивной физической культуры (ОПК-3);
- знание морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп (ОПК-4);
- умение планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей (ОПК-5).

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции.

<b>Код компетенции</b>	<b>Формулировка компетенции</b>
ОПК-3	Обладание высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры
ОПК-6	Обладание высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний
ПК-15	Способность, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья

Для формирования вышеуказанных компетенций в рамках дисциплины «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» применяются следующие методы активного обучения: круглый стол, дискуссия, семинар-взаимообучение, семинар-конференция.

# **I. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА**

2 семестр

ЛЕКЦИИ (18 часов)

## **Раздел I. Теоретические основы реабилитации**

### **1. Теоретические основы реабилитации (6 час.)**

Проблема инвалидности. Модели инвалидности (медицинская, медико-социальная, политическая, модель независимой жизни). Классификация нарушений основных функций организма человека. Причины инвалидности. Понятие реабилитации и ее социальное значение. Цель, задачи и основы реабилитации. Основные средства реабилитации. Основные причины реабилитации.

### **2. Теоретические основы физической реабилитации (6 час.)**

Физическая реабилитация как составная часть медицинской, трудовой и социальной реабилитации. Основные принципы оздоровительных физических нагрузок. Методологические аспекты применения физических нагрузок. Средства физической культуры и спорта в системе реабилитации.

### **3. Основы лечебной физической культуры. Особенности лечебной физической культуры при заболеваниях и травмах (6 час.)**

Понятие о ЛФК, лечебное использование физических упражнений как лечебно-профилактический процесс. Обоснование применения ЛФК, механизм действия физических упражнений. Процедура лечебной гимнастики (ЛГ), методики ЛФК в различные периоды заболеваний. Показания и противопоказания к занятиям ЛФК. Средства и методы ЛФК. Классификация и характеристика физических упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные, игры. Формы ЛФК. Характеристика утренней гигиенической гимнастики, лечебной гимнастики, лечебной дозированной ходьбы и др. Самостоятельные занятия и массовые формы лечебной

физической культуры. Особенности организации занятий ЛФК при заболеваниях, врожденных аномалиях, повреждениях и травмах, операциях.

### **3 семестр**

ЛЕКЦИИ (18 часов)

## **Раздел II. Реабилитация инвалидов, вопросы этики и деонтологии (18 час.)**

### **4. Структура медико-социальной экспертизы (6 час.)**

Задачи Государственной службы медико-социальной экспертизы. Социальные институты. Организация и устройство реабилитационных центров. Международная система организации реабилитации. Задачи специалиста по реабилитации. Задачи специалиста по социальной работе.

### **5. Индивидуальная программа реабилитации (6 час.)**

Структура индивидуальной программы реабилитации. Программа медицинской реабилитации. Программа профессиональной реабилитации. Программа социальной реабилитации.

### **6. Основные принципы медицинской этики и деонтологии (6 час.)**

Основы и принципы медицинской деонтологии. Основы и принципы медицинской этики. Личность, культура специалиста АФК. Условия, способствующие оптимальному психологическому контакту с больным (инвалидом).

## **II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА**

### **Практические занятия (18 час.)**

#### **Занятие 1. Теоретические основы реабилитации (3 час)**

**Форма занятия:** семинар-конференция

**Вопросы для обсуждения:**



- 1) Проблема инвалидности. Модели инвалидности (медицинская, медико-социальная, политическая, модель независимой жизни).
- 2) Классификация нарушений основных функций организма человека. Причины инвалидности.
- 3) Понятие реабилитации и ее социальное значение. Цель, задачи и основы реабилитации. Основные средства реабилитации. Основные причины реабилитации.
- 4) Составление программы реабилитации на стационарном, поликлиническом и санаторном этапе лечения с учетом ступени активности.

## **Занятие 2. Теоретические основы физической реабилитации (3 час)**

**Форма занятия:** семинар-взаимообучение

Вопросы для обсуждения:

- 1) Физическая реабилитация как составная часть медицинской, трудовой и социальной реабилитации.
- 2) Основные принципы оздоровительных физических нагрузок.
- 3) Методологические аспекты применения физических нагрузок.
- 4) Средства физической культуры и спорта в системе реабилитации.
- 5) Составление комплекса реабилитации на стационарном, поликлиническом и санаторном этапе лечения с учетом ступени активности.

## **Занятие 3. Структура и проведение медико-социальной экспертизы**

**(3 час)**

**Форма занятия:** семинар-дискуссия

Вопросы для обсуждения:

- 1) Задачи Государственной службы медико-социальной экспертизы.
- 2) Социальные институты. Организация и устройство реабилитационных центров.
- 3) Международная система организации реабилитации.
- 4) Задачи специалиста по реабилитации.

- 5) Задачи специалиста по социальной работе.
- 6) Заседание медико-социальной экспертизы.

#### **Занятие 4. Индивидуальная программа реабилитации (3 час)**

**Форма занятия:** «Круглый стол»

Вопросы для обсуждения:

- 1) Структура индивидуальной программы реабилитации.
- 2) Программа медицинской реабилитации.
- 3) Программа профессиональной реабилитации.
- 4) Программа социальной реабилитации.
- 5) Составление индивидуального комплекса реабилитации (согласно ситуационной задачи) на стационарном, поликлиническом и санаторном этапе лечения с учетом степени активности.

#### **Занятие 5. Основы лечебной физической культуры. Особенности лечебной физической культуры при заболеваниях и травмах (3 час)**

**Форма занятия:** семинар-конференция

Вопросы для обсуждения:

- 1) Понятие о ЛФК, лечебное использование физических упражнений как лечебно-профилактический процесс.
- 2) Обоснование применения ЛФК, механизм действия физических упражнений.
- 3) Процедура лечебной гимнастики (ЛГ), методики ЛФК в различные периоды заболеваний. Показания и противопоказания к занятиям ЛФК
- 4) Средства и методы ЛФК. Классификация и характеристика физических упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные, игры. Формы ЛФК.
- 5) Характеристика утренней гигиенической гимнастики, лечебной гимнастики, лечебной дозированной ходьбы и др.
- 6) Самостоятельные занятия и массовые формы лечебной физической культуры.

7) Особенности организации занятий ЛФК при заболеваниях, врожденных аномалиях, повреждениях и травмах, операциях.

8) Составление индивидуального комплекса ЛФК (согласно ситуационной задачи) с учетом степени двигательной активности и этапа реабилитации.

## **Занятие 6. Основные принципы медицинской этики и деонтологии**

**(3 час.)**

**Форма занятия:** семинар-дискуссия

Вопросы для обсуждения:

- 1) Основы и принципы медицинской деонтологии.
- 2) Основы и принципы медицинской этики.
- 3) Личность, культура специалиста АФК.
- 4) Условия, способствующие оптимальному психологическому контакту с больным (инвалидом).
- 5) Составление индивидуальной программы общения с пациентом в процессе реабилитации (согласно ситуационной задачи) на стационарном, поликлиническом и санаторном этапе лечения.

### **Лабораторные работы**

*Не предусмотрены.*

## **III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

представлено в Приложении 1 и включает в себя:

- план-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине, в том числе примерные нормы времени на выполнение по каждому заданию;
- характеристика заданий для самостоятельной работы обучающихся и методические рекомендации по их выполнению;
- требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы;

– критерии оценки выполнения самостоятельной работы.

#### IV. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Теоретические основы реабилитации	ОПК-3 ОПК-6	Знает: - теорию и методику организации адаптивной физической культуры; - сенситивные периоды развития психики и моторики занимающихся, этиологию и патогенез заболеваний	ПР-2 Тест	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
			Умеет: - использовать собственные знания и опыт творческой работы в области адаптивной физической культуры в своей профессиональной деятельности; - разработать и внедрить тренировочные программы, содействующие формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и		Семинар-конференция (УО-7)

			патогенеза заболеваний		
			Владеет: - опытом творческой работы в области адаптивной физической культуры; - высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся адаптивной физической культуры	Семинар-дискуссия (УО-5)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
2	Реабилитация инвалидов, вопросы этики и деонтологии	ПК-15	Знает: - основы общения, конфликтологии, принципы межличностных коммуникаций; - способы взаимодействия при решении задач, связанных с устранением ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья	Творческое задание (УО-9)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
			Умеет общаться, вести гармоничный диалог и добиваться успеха в процессе коммуникаций с представителями различных профессий в	Семинар – взаимообучение (УО-12)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену

		мультибригаде		
		Владеет коммуникативными навыками, способами установления контактов и поддержания взаимодействия, обеспечивающего достижение необходимого результата.	Доклад (УО-6)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену

Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 2.

## **V. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основная литература**

1. Ачкасов Е.В., Благова Н.Н., Гансбургский А.Н. Клинические аспекты спортивной медицины: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2014. — 457 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59826](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59826)
2. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник. – М.: КноРус, 2017. – 297 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:823057&theme=FEFU>
3. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И., Гайворонский А.И. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 312 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59786](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59786)

4. Дергунов А.В., Леонтьев О.В., Парцерняк С.А. Физиологические показатели человека при патологии: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2014. — 224 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59822](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59822)
5. Спортивная медицина: учебник / Под ред. А.В. Смоленского. — М.: Академия, 2015. — 319 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813745&theme=FEFU>
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. — М.: Академия, 2016. — 495 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813672&theme=FEFU>

#### **Дополнительная литература**

1. Аничков Н.М. Денисенко А.Д., Зиновьев Е.В., Дергунов А.А. Патология обмена веществ: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2013. - 335 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59873](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59873)
2. Балабанов А.С., Барсуков А.В., Беляев Н.В. Классификация заболеваний внутренних органов: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 160 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59789](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59789)
3. Брискин Ю. А., Евсеев С. П., Передерий А. В. Адаптивный спорт. — М.: Советский спорт, 2010 — 316 с.
4. Висмонт Ф.И., Леонова Е.В., Чантурия А.В. Общая патофизиология: учебное пособие. — Минск: Вышэйшая школа, 2011. — 368 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=65473](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=65473)
5. Волкова Л.С., Шаховский С.Н. Логопедия: учебник. — М.: ВЛАДОС, 2009. — 680 с.
6. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И., Гайворонский А.И. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 312 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59786](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59786)
7. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник.— М.: МИА, 2006. — 598 с.

8. Епифанов В.А. Атлас профессионального массажа. – М.: Эксмо, 2009. – 384 с.
9. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – М.: Медицина, 2007. – 568 с.
10. Курдыбайло С.Ф., Герасимова Г.В. Лечебная физическая культура в реабилитации детей с дефектами конечностей. – СПб: МАПО, 2007.
11. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии: учебное пособие / Под ред. Л.В. Шапковой. – СПбю: ДЕТСТВО–ПРЕСС. – 2012. – 161 с.
12. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье: учебник. – М.: ГОУ ВУНМЦ, 2008. – 320 с.
13. Теория организации адаптивной физической культуры. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под. ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2007. – 291 с.
14. Теория организации адаптивной физической культуры. Содержание методики адаптивной физической культуры. Характеристика ее основных видов / Под. ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2007. – 448 с.
15. Флерова Ж.М. Логопедия: учебное пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 320 с.
16. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2009. – 608 с.

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети**

#### **«Интернет»**

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2014. — 304с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51905](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905)
2. Айенгар Б.К.С. Йога-сутры Патанджали. Прояснение. — М.: Альпина Паблишер, 2013. — 380 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=61956](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=61956)



3. Айрес Э. Джин. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития. — М.: Теревинф, 2015. — 268 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=64309](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=64309)
4. Алексеев С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте: учебник. — М.: Советский спорт, 2013. — 520 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51770](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51770)
5. Анатомия человека / Под ред. Боянович Ю.В. — М.: Изд-во: ЭКСМО, 2009. — 659 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=64075](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=64075)
6. Аппе Ф. Введение в психологическую теорию аутизма: учебное пособие. — М.: Теревинф, 2015. — 214 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=69909](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=69909)
7. Артамонова С.И., Вялитов Р.Р., Долотова И.А. Модель психолого-педагогической помощи детям школьного возраста с тяжелыми и множественными нарушениями развития: учебное пособие. — М.: Теревинф, 2015. — 80 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=64287](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=64287)
8. Ахметзянова А.И., Артемьева Т.В., Курбанова А.Т. Инклюзивная практика в высшей школе: учебно-методическое пособие. — Казань: КФУ, 2015. — 224 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=72802](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=72802)
9. Ахутина Т.В. Нейролингвистический анализ динамической афазии. О механизмах построения высказывания: учебное пособие. — М.: Теревинф, 2015. — 144 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=69905](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=69905)
10. Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: монография. — М.: Советский спорт, 2014. — 304 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51773](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51773)
11. Белогай К.Н. Психология беременности и развитие ребенка в раннем возрасте: учебное пособие. — Кемерово: КемГУ, 2012. — 156 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44311](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44311)
12. Белоцерковский З.Б., Любина Б.Г. Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов (норма и атипичные

изменения в нормальных и измененных условиях адаптации к физическим нагрузкам): монография. — М.: Советский спорт, 2012. — 548 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4081](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4081)

13. Библиотека «Гумер» - гуманитарные науки. [gumer.info](http://gumer.info)

14. Библиотека Максима Мошкова - одна из самых известных бесплатных электронных библиотек Российского интернета [lib.ru](http://lib.ru)

15. Библиотека учебной и научной литературы [sbiblio.com](http://sbiblio.com)

16. Библиотекарь.Ру - электронная библиотека нехудожественной литературы по русской и мировой истории, искусству, культуре, прикладным наукам. Разделы «Экономика. Бизнес. Финансы. Право»: литература для учащихся и студентов. [bibliotekar.ru](http://bibliotekar.ru)

17. Бреслав И.С. Дыхание и мышечная активность человека в спорте: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2013. — 336 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51774](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51774)

18. Бубчикова Н.В., Чикова И.В. Социальная психология: учебно-методическое пособие. — М.: ФЛИНТА, 2015. — 213 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=72627](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=72627)

19. Варич В.А. Блинова Н.Г. Возрастная анатомия и физиология. — Кемерово: КемГУ, 2012. — 168 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44315](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44315)

20. Воропаева С.В. Основы общей психопатологии: учебное пособие. — М.: Прометей, 2012. — 160 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=30360](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=30360)

21. Высшее образование в России: Научно-педагогический журнал Министерства образования и науки РФ <http://www.vovr.ru>

22. Гайворонский И.В., Яблонский П.К., Ничипорук Г.И. Анатомия здорового и нездорового образа жизни. — СПб.: СпецЛит, 2014. — 184 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60098](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60098)

23. Гребенникова Е.О., Комарова В.И., Попова А.Х. Педагогическая практика бакалавров: учебно-методическое пособие. — М.: ФЛИНТА, 2015. — 183 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=72694](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=72694)
24. Губа В.П., Пресняков В.В. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований: учебно-методическое пособие. — М.: Человек, 2015. — 288 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60520](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60520)
25. Дергунов А.В., Леонтьев О.В., Парцерняк С.А. Физиологические показатели человека при патологии: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2014. — 224 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59822](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59822)
26. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник. — М.: КноРус, 2017. — 297 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:823057&theme=FEFU>
27. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Малышев А.И. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2010. — 487 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4086](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4086)
28. Евсеева О.Э., Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник. — М.: Советский спорт, 2013. — 392 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51781](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51781)
29. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов. [school-collection.edu.ru](http://school-collection.edu.ru)
30. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru>
31. Ерёмускин М.А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура. — М.: Спорт, 2016. — 184 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70010](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70010)
32. Ермолаев О.Ю. Правильное дыхание: учебное пособие. — М.: ФЛИНТА, 2014. — 192 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60749](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60749)
33. Естественно-научные основы физической культуры и спорта: учебник. — М.: Советский спорт, 2014. — 464 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51921](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51921)

34. Заболотных И.И. Болезни суставов. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 272 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60110](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60110)

35. Загrevская А.И. Физкультурно-спортивное образование студентов на основе кинезиологического подхода: монография. — Томск: ТГУ, 2015. — 275 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=71593](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=71593)

36. Загrevский О.И., Шерин В.С. Основы терминологии гимнастических упражнений: учебное пособие. — Томск: ТГУ, 2013. — 176 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44235](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44235)

37. Иванина Л.И., Алдошина Е.А. Лечебная физическая культура в системе общефизической подготовки студентов: учебное пособие. — ОрелГАУ, 2013. — 72 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=71313](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=71313)

38. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник. — М.: Спорт, 2016. — 624 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70006](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70006)

39. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" [window.edu.ru](http://window.edu.ru)

40. Информационно-справочный портал [library.ru](http://library.ru)

41. Казаковцев Б.А. Психические расстройства при эпилепсии: монография. — М.: Прометей, 2015. — 444 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=63307](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=63307)

42. Капилевич Л.В., Радаева С.В., Лим М.С. Лечебная физическая культура: учебное пособие. — Томск: ТГУ, 2011. — 116 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44222](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44222)

43. Капилевич Л.В. Научные исследования в физической культуре: учебное пособие. — Томск: ТГУ, 2013. — 184 с.

[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44226](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44226)

44. Капилевич Л.В. Физиология спорта: учебное пособие. — Томск: ТГУ, 2013. — 190 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44227](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44227)

45. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры: учебник. — М.: Советский спорт, 2013. — 303 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=6982](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=6982)
46. Касаткин М.С., Ачкасов Е.Е., Добровольский О.Б. Основы кинезиотейпирования: учебное пособие. — М.: Спорт, 2015. — 76 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70014](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70014)
47. Кейл Э. Тейпирование в спортивной и клинической медицине. — М.: Спорт, 2015. — 136 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70020](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70020)
48. Киселев Г.М., Бочкова Р.В. Информационные технологии в педагогическом образовании: учебник. — М.: Дашков и К, 2016. — 304 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=72401](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=72401)
49. Князев В.М., Прокопчук С.С. Физическая культура в высших учебных заведениях России: учебное пособие. — СПб.: НИУ ИТМО, 2013. — 168 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=71158](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=71158)
50. Кулиненко Д.О., Кулиненко О.С. Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта: справочник. — М.: Советский спорт, 2012. — 464 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4097](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4097)
51. Курьсь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2013. — 368 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51912](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51912)
52. Латышева В.Я., Дривотинов Б.В., Олизарович М.В. Неврология и нейрохирургия: учебное пособие. — Минск: Вышэйшая школа, 2013. — 512 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=65466](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=65466)
53. Макеева В.С., Бойко В.В. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2014. — 152 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51916](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51916)
54. Меркулова Р.А. Кардиогемодинамика и физическая работоспособность у спортсменов. — М.: Советский спорт, 2012. — 188 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4094](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4094)

55. Миллер Л.Л. Спортивная медицина: учебное пособие. — М.: Человек, 2015. — 184 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60525](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60525)
56. Михайлов С.С. Спортивная биохимия: учебник. — М.: Советский спорт, 2013. — 348 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51919](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51919)
57. Морозов М.А. Основы первой медицинской помощи: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2015. — 312 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=59831](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59831)
58. Научный портал "ТЕОРИЯ. РУ". <http://teoriya.ru>
59. Никулин Б.А., Родионова И.И. Биохимический контроль в спорте: методическое пособие. — М.: Советский спорт, 2014. — 228 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=69844](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=69844)
60. Пантелеева Е.В. Дыхательная гимнастика для детей. — М.: Человек, 2012. — 160 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60559](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60559)
61. Попова Р.Р. Детская клиническая психология: учебное пособие. — Казань: КФУ, 2015. — 216 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=72867](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=72867)
62. Психические расстройства и расстройства поведения (F00-F99) (Класс V МКБ-10, адаптированный для использования в РФ). — М.: Прометей, 2013. — 584 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=63294](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=63294)
63. Российская государственная библиотека. Электронная библиотека. [elibrary.rsl.ru](http://elibrary.rsl.ru)
64. Ростомашвили Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2015. — 164 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=69850](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=69850)
65. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. — М.: Спорт, 2015. — 620 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70027](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70027)
66. Спортивная медицина. Справочник для врача и тренера. — М.: Человек, 2013. — 328 с. [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60514](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60514)

67. Удин Е.Г., Платонова В.А., Зефирова Е.В. Комплексы физических упражнений для студентов специальной группы здоровья: учебно-методическое пособие. — СПб.: НИУ ИТМО, 2012. — 83 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70876](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70876)
68. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
69. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов.  
[fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru)
70. Чинкин А.С., Назаренко А.С. Физиология спорта: учебное пособие. — М.: Спорт, 2016. — 120 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=70026](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70026)
71. Шивринская С.Е., Максимихина Е.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов: учебное пособие. — М.: ФЛИНТА, 2012. — 68 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60736](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60736)
72. Электронная библиотека «Книгоноша.net» разделяет литературу для скачивания и для чтения онлайн. Научно-образовательная литература имеется в обоих подразделениях библиотеки. [KnigoNosha.net](http://KnigoNosha.net) -

## **VI. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют следующие виды учебной работы:

- аудиторная (лекционная и практическая);
- внеаудиторная (самостоятельная).

Аудиторная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. В течение недели студенту необходимо выбрать время (1-3 часа) для работы с литературой в библиотеке.

При подготовке к практическим занятиям следующего дня, необходимо сначала прочитать основные понятия и подходы по теме практического занятия. При подготовке к выполнению практических

заданий нужно сначала понять, что и как требуется сделать, какой теоретический материал нужно использовать, наметить план решения задачи.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий, согласно рабочей программы учебной дисциплины. Для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть использоваться следующие методы:

- *для овладения знаниями*: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); конспектирование текста; работа со словарями и справочниками; ознакомление с нормативными документами; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

- *для закрепления и систематизации знаний*: работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.); подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции; подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, тематических кроссвордов; тестирование и др.;

- *для формирования умений*: решение задач и упражнений по образцу; решение вариативных задач и упражнений; выполнение схем; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; подготовка к деловым играм; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности; подготовка курсовых и дипломных работ (проектов).



## **Рекомендации по подготовке к экзамену**

Существуют общепринятые правила подготовки и сдачи студентами экзаменов. Готовиться к экзамену необходимо в течение всего учебного времени, т.е. с первого дня очередного семестра: вся работа студента на лекциях, лабораторных работах и т.п. это и есть этапы подготовки студента к экзамену. Подготовка к сессии должна быть нацелена не столько на приобретение новых знаний, сколько на закрепление ранее изученного материала и повторение его. Сумму полученных знаний студенту перед сессией надо разумно обобщить, привести в систему, закрепить в памяти, для чего ему надо использовать учебники, лекции, методические пособия и различного рода руководства. Повторение необходимо производить по разделам, темам. Дополнительно к изучению конспектов лекции необходимо пользоваться учебником. Кроме «заучивания» материала экзамена, очень важно добиться состояния понимания изучаемых тем дисциплины.

При подготовке к экзамену нужно изучить теорию: определения всех понятий и подходы к оцениванию до состояния понимания материала и самостоятельно решить по несколько тестов из каждой темы.

Экзамен по предмету «Теоретическо-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» проводится после прослушивания лекций, выполнения семинарских заданий в 3 семестре. Главной его целью является проверка умений студентов применять теоретические знания для обоснования конкретных методических решений. Студент должен показать теоретические знания и умения применять их на практике.

### **Методические указания по проведению практических занятий**

**Семинар-дискуссия.** Преподаватель делит студентов на две группы (группу «Докладчиков» и группу «Оппонентов»), дает задание обеим группам найти научно-методический материал для дискуссии. Основная методическая цель: инициатива студентов в актуализации научно-методических материалов и активного их применения в ходе дискуссии.

Важно, чтобы источники информации были разнообразными, представляли различные точки зрения на проблему.

**Семинар-конференция.** Преподаватель заранее предлагает студентам, на выбор, темы, отражающие содержательные элементы структуры практического занятия. Студенты выступают с докладами, которые обсуждаются всеми участниками под руководством преподавателя.

**Семинар-взаимообучение.** Студенты готовят по 4-6 вопросов на семинарском занятии. Но каждый из них особенно тщательно изучает один из вопросов. На занятии обучаемые рассаживаются за столами попарно, в соответствии с изученными вопросами. По знаку преподавателя обучаемые в указанное время должны пересказать друг другу содержание, обсудить спорные моменты, прийти к общему мнению. Затем один из рядов смещается на одно место. 1-й обучаемый объясняет 4-му содержание первого вопроса, уточненное и расширенное в беседе со 2-м обучаемым. 4-й объясняет 1-му содержание 2-го вопроса и т.д. За полный круг все слушатели могут обменяться мнениями по всем вопросам. Преподаватель дает короткие консультации тем, кто обращается к нему.

## **VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Лекционные занятия по дисциплине проходят в аудиториях, оборудованных компьютерами типа Lenovo C360G-i34164G500UDK с лицензионными программами MicrosoftOffice 2010 и аудио-визуальными средствами проектор Panasonic DLPProjectorPT-D2110XE, плазма LG FLATRON M4716CCBAM4716CJ. Для выполнения самостоятельной работы студенты о в жилых корпусах ДВФУ обеспечены Wi-Fi



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**  
(ДВФУ)

---

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной  
деятельности и физической реабилитации»**

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

**магистерская программа «Физическая реабилитация»**

**Форма подготовки очная**

**Владивосток  
2018**

## План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине

<b>№ п/п</b>	<b>Дата/сроки выполнения</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Примерные нормы времени на выполнение, час</b>	<b>Форма контроля</b>
1	01.09-06.09	Подготовка к практическому занятию, подготовка доклада	10	Защита доклада на практическом занятии
2	07.09-13.09	Подготовка к практическому занятию, подготовка презентации	10	Представление презентации на практическом занятии
3	14.09-20.09	Подготовка к тесту	5	Тест №1
4	21.09-27.09	Подготовка к практическому занятию	10	Работа на практическом занятии
5	28.09-04.10	Подготовка к практическому занятию – доклад	5	Публичное выступление на практическом занятии
6	12.10-18.10	Подготовка к практическому занятию – доклад	5	Публичное выступление на практическом занятии
7	19.10-25.10	Посещение практических занятий по дисциплине	5	Участие в семинаре-конференции
8	26.10-31.10	Посещение практических занятий по дисциплине	5	Участие в семинаре-дискуссии
9	02.11-08.11	Проведение анализа передового опыта	5	Представление результатов на

		реабилитации при различных заболеваниях и травмах		практическом занятии
	01.01-06.01	Подготовка к практическому занятию, подготовка реферата	10	Защита реферата на практическом занятии
	07.01-13.01	Подготовка к практическому занятию, подготовка реферата	10	Защита реферата на практическом занятии
	14.01-20.01	Подготовка к тесту	5	Тест №2
	21.01-27.01	Подготовка к практическому занятию	10	Работа на практическом занятии
	28.01-04.02	Подготовка к практическому занятию, тесту	5	Представление результатов на практическом занятии
	12.02-18.02	Подготовка к практическому занятию, тесту	5	Тест №3
	19.02-28.02	Посещение практических занятий по дисциплине	5	Участие в семинаре-взаимообучении
	01.03-01.04	Посещение практических занятий по дисциплине	5	Участие в работе «Круглого стола»
	02.04-08.05	Посещение практических занятий по дисциплине, подготовка к тесту	5	Тест №4
	09.05-15.06	Проведение анализа передового опыта	5	Представление результатов

		реабилитации при различных заболеваниях и травмах		творческого задания
--	--	---	--	---------------------

Самостоятельная работа студентов состоит из подготовки к практическим занятиям, подготовки презентаций, докладов, рефератов, выполнение заданий к практическим занятиям.

Самостоятельная работа по подготовке к практической работе считается зачетной в случае ее выполнения и получения оценок более 6 баллов в 10-бальной системе.

Виды заданий для самостоятельного выполнения

1. Проведение анализа передового опыта реабилитации и восстановительного лечения
2. Изучение и анализ литературных данных и опыта работы специалистов по реабилитации.
3. Обработка фактического материала и оформление в таблицы и рисунки.
4. Поиск источников наиболее наукоемкой информации с помощью современных информационных технологий.
5. Подготовка (по заданию преподавателя) фрагмента учебного занятия.
6. Обработка фактического материала и оформление в таблицы и рисунки.
7. Подготовка презентаций и докладов с использованием мультимедийного оборудования.
8. Участие в научных практических конференциях, конкурсах.
9. Подготовка реферата.
10. Выполнение тестов.

***Темы докладов и презентаций:***

1. Биохимические и физиологические механизмы, обеспечивающие восстановление организма после заболеваний и травм.
2. Применение фармакологических препаратов при проведении восстановительного лечения.
3. Оценка эффективности различных программ реабилитации.
4. Ортопедические средства восстановления и повышения работоспособности.

***Темы рефератов:***

1. Физическая реабилитация в травматологии в зависимости от методов лечения.
2. Физическая реабилитация при операциях на органах брюшной полости.
3. Задачи и методика ЛФК в послеоперационных периодах.
4. Физическая реабилитация при операциях на органах грудной клетки.
5. Задачи и методика ЛФК в предоперационном периоде при операциях на различных органах.
6. Понятие ампутации. Причины ампутации.
7. Программа реабилитации при ампутации нижних конечностей.
8. Программа реабилитации при ампутации верхних конечностей.
9. Причины развития дефектов осанки. Методика обследования детей для выявления дефектов осанки.
10. Характеристика дефектов осанки в сагиттальной плоскости с увеличением физиологической кривизны позвоночника. Задачи и методика ЛФК.
11. Характеристика дефектов осанки в сагиттальной плоскости с уменьшением физиологической кривизны позвоночника. Задачи и методика ЛФК.
12. Характеристика дефектов осанки во фронтальной плоскости. Задачи и методика ЛФК.
13. Понятие сколиозов. Причины, классификация сколиозов. Характеристика степеней сколиоза. Методы лечения.

14. Задачи и методика ЛФК при сколиотической болезни.
15. Плоскостопие. Понятие, причины развития, виды плоскостопия. Задачи и методика ЛФК.

## **Методические указания к выполнению реферата**

### **Цели и задачи реферата**

Реферат (от лат. *refero* — докладываю, сообщаю) представляет собой краткое изложение проблемы практического или теоретического характера с формулировкой определенных выводов по рассматриваемой теме. Избранная студентом проблема изучается и анализируется на основе одного или нескольких источников. В отличие от курсовой работы, представляющей собой комплексное исследование проблемы, реферат направлен на анализ одной или нескольких научных работ.

*Целями* написания реферата являются:

- развитие у студентов навыков поиска актуальных проблем современного законодательства;
- развитие навыков краткого изложения материала с выделением лишь самых существенных моментов, необходимых для раскрытия сути проблемы;
- развитие навыков анализа изученного материала и формулирования собственных выводов по выбранному вопросу в письменной форме, научным, грамотным языком.

*Задачами* написания реферата являются:

- научить студента максимально верно передать мнения авторов, на основе работ которых студент пишет свой реферат;
- научить студента грамотно излагать свою позицию по анализируемой в реферате проблеме;
- подготовить студента к дальнейшему участию в научно – практических конференциях, семинарах и конкурсах;
- помочь студенту определиться с интересующей его темой, дальнейшее раскрытие которой возможно осуществить при написании курсовой работы или диплома;



- уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с мнением того или иного автора по данной проблеме.

### **Основные требования к содержанию реферата**

Студент должен использовать только те материалы (научные статьи, монографии, пособия), которые имеют прямое отношение к избранной им теме. Не допускаются отстраненные рассуждения, не связанные с анализируемой проблемой. Содержание реферата должно быть конкретным, исследоваться должна только одна проблема (допускается несколько, только если они взаимосвязаны). Студенту необходимо строго придерживаться логики изложения (начать с определения и анализа понятий, перейти к постановке проблемы, проанализировать пути ее решения и сделать соответствующие выводы). Реферат должен заканчиваться выводением выводов по теме.

По своей *структуре* реферат состоит из:

1. Титульного листа;
2. Введения, где студент формулирует проблему, подлежащую анализу и исследованию;
3. Основного текста, в котором последовательно раскрывается избранная тема. В отличие от курсовой работы, основной текст реферата предполагает деление на 2-3 параграфа без выделения глав. При необходимости текст реферата может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками, но ими не следует "перегружать" текст;
4. Заключения, где студент формулирует выводы, сделанные на основе основного текста.
5. Списка использованной литературы. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке реферата, так и иные, которые были изучены им при подготовке реферата.

Объем реферата составляет 10-15 страниц машинописного текста, но в любом случае не должен превышать 15 страниц. Интервал – 1,5, размер шрифта – 14, поля: левое — 3 см, правое — 1,5 см, верхнее и нижнее — 1,5

см. Страницы должны быть пронумерованы. Абзацный отступ от начала строки равен 1,25 см.

### **Порядок сдачи реферата и его оценка**

Реферат пишется студентами в течение семестра в сроки, устанавливаемые преподавателем по конкретной дисциплине, и сдается преподавателю, ведущему дисциплину.

При оценке реферата учитываются соответствие содержания выбранной теме, четкость структуры работы, умение работать с научной литературой, умение ставить проблему и анализировать ее, умение логически мыслить, владение профессиональной терминологией, грамотность оформления.

### **Методические указания для подготовки дискуссии.**

Используется групповая интеракционная дискуссия, тематически ориентированная. Дискуссия концентрирует внимание группы на актуальных для большинства участников общих темах. В дискуссии оцениваются общее коммуникативное умение отстаивать свои позиции и основные специфические дискуссионные умения:

- ✓ дать определение явлению (дефинировать), а в плане контраргументации потребовать дефиницию от противника и оспаривать ее правильность;
- ✓ привести яркие примеры в целях аргументации или контраргументации и оспаривать значение примеров, приведенных противником;
- ✓ приводить в качестве доказательств сравнение по аналогии или по контрасту и оспаривать правомерность аналогий и контраста противника;
- ✓ построить правдоподобные "гипотетические случаи" для обоснования своего мнения и доказать неправдоподобность таких случаев, приведенных противником;
- ✓ препарировать факты и явления, абстрагируясь от отдельных их сторон, условий и т.д.;

- ✓ оперировать аксиомами и общепринятыми истинами, доказывая неуместность их употребления противником;
- ✓ классифицировать - расчленять, объединять, группировать явления и факты;
- ✓ учитывать специфику условий (фактор времени, места, направленности, характера и др.) и опровергать противника со ссылкой на игнорирование этой специфики;
- ✓ рассматривать дебатлируемый вопрос как единство противоречий, т.е. всесторонне, и доказать узость, односторонность рассмотрения его противником;
- ✓ видеть перспективу развития явлений и уличить противника в игнорировании перспективы;
- ✓ подтверждать свои высказывания ссылкой на источники, доказывать их достоверность, требовать указания источников противником и оспаривать их достоверность;
- ✓ отталкиваться в своих выступлениях от противоречий в выступлении противника;
- ✓ предвосхищать невысказанные аргументы противника (умение антиципировать).

#### **Темы для дискуссии:**

1. Полезен ли спорт для женщины?
2. Имеет ли тренер право на ошибку?
3. Как жить после травмы инвалиду-спортсмену?
4. Как управлять собой в сложных спортивных ситуациях?
5. Конфликт - зло или благо?
6. Каковы морфофункциональные изменения у инвалидов, перенесших ампутацию конечностей?
7. Каковы морфофункциональные изменения у инвалидов, перенесших травму позвоночника и спинного мозга?

8. Каково значение в практике врачебного контроля мануально-мышечного тестирования?

9. Знаете ли вы о спортивно-медицинской классификации спортсменов-инвалидов?

### **Критерии оценивания участия студента в дискуссии**

Описание шкалы оценивания:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если он проявлял хорошую активность в обсуждении темы, верно отвечал на вопросы, исправлял неправильные ответы, убедительно аргументировал и дополнял;
- оценка «хорошо» – незначительная активность студента, испытывал некоторые затруднения или допускал неверные ответы, но общее понимание темы присутствовало;
- оценка «удовлетворительно» – студент не проявлял активность в обсуждении темы, но пытался отвечать на вопросы, иногда допускал ошибки, был увлечён темой разговора;
- оценка «неудовлетворительно» – студент не проявлял активность и отказывался отвечать на вопросы и дополнять ответы сокурсников.

### **Темы для докладов:**

1. Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Причины, симптомы. Факторы, обеспечивающие нормальное кровообращение.
3. Понятие о болезни.
4. Предпатологические состояния.
5. «Патологическая реакция», «патологический процесс», "патологическое состояние».
6. Механизмы защиты, направленные на восстановление постоянства внутренней среды организма.
7. Этиология и патогенез заболеваний.
8. Физические, химические, биологические, социальные, психические причины болезни.

9. Понятия об иммуно-биохимическом состоянии организма в процессе реабилитации.
10. Реактивность организма в процессе реабилитации.
11. Реабилитация спортсменов.
12. Спортивные травмы. Реабилитация при спортивном травматизме.
13. Травмы опорно-двигательного аппарата (ушиб, растяжения, подрывы и разрывы мышц, вывихи и подвывихи суставов). Восстановительное лечение.
15. Острые патологические состояния при занятиях спортом и оказание первой доврачебной помощи.

#### **Методические указания для подготовки доклада.**

- Объем доклада не должен превышать 1-2 страниц.
- Необходимо писать коротко и ясно.
- От докладчика требуется проявить навыки критического мышления, чтобы построить и доказать его собственную позицию по определенным проблемам, на основе приобретенных знаний и самостоятельного мышления.

**Структура доклада** должна включать следующие обязательные разделы:

1. Введение (суть и обоснование выбора выбранной темы)
2. Основная часть (аргументированное раскрытие темы на основе собранного материала)
3. Заключение (обобщения и выводы).

Во введении важно правильно сформулировать вопрос, на который автор собирается найти ответ в ходе своего исследования. Во введении рекомендуется, также, давать краткие определения ключевых терминов, при этом, их количество не должно превышать трех-четырех терминов.

Основная часть содержит теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса. Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу. В основной части каждый из параграфов должен

быть посвящен рассмотрению одной главной мысли. В зависимости от поставленного вопроса анализ проводится на основе следующих категорий: Причина — следствие, общее — особенное, форма — содержание, часть — целое, постоянство — изменчивость.

В заключении показывается практическое значение рассматриваемой проблемы, делаются выводы и заключения, а также показывается взаимосвязь с другими проблемами.

При цитировании использованных при подготовке первоисточников применяются соответствующие правила цитирования (текст цитаты берется в кавычки и дается точная ссылка на источник, включая номер страницы).

### *Оценивание доклада*

<b>Критерий</b>	<b>Требования к докладчику</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
<b>Знание и понимание теоретического материала.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры;</li> <li>- используемые понятия строго соответствуют теме;</li> </ul>	2 балла
<b>Анализ и оценка информации</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно применяет категории анализа;</li> <li>- умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений;</li> <li>- способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению;</li> <li>- диапазон используемого информационного пространства (участник использует большое количество различных источников информации);</li> <li>- обоснованно интерпретирует текстовую информацию с помощью графиков и диаграмм;</li> <li>- дает личную оценку проблеме;</li> </ul>	4 балла
<b>Построение суждений</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ясность и четкость изложения;</li> <li>- логика структурирования доказательств</li> </ul>	3 балла

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией;</li> <li>- приводятся различные точки зрения и их личная оценка.</li> <li>- общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи.</li> </ul>	
<b>Оформление работы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат;</li> <li>- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка;</li> <li>- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации;</li> <li>- соответствие формальным требованиям.</li> </ul>	1 балл

### *Методические рекомендации для подготовки презентаций*

Общие требования к презентации:

- для доклада могут использоваться презентации, подготовленные в MicrosoftPowerPoint или в других программных оболочках
- презентация не должна быть меньше 10 слайдов;
- первый лист – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; фамилия, имя, отчество автора;
- следующим слайдом должно быть содержание, где представлены основные этапы (моменты) презентации;
- желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание;
- дизайн-эргономические требования: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста;
- последними слайдами презентации должны быть глоссарий и список литературы.

- при подготовке докладов следует выписывать полные ссылки из тех источников, которыми воспользовались. Это позволит преподавателю проверить качество выполненной работы.

### **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Приступая к изучению данной дисциплины, необходимо владеть базовыми знаниями по ОБЖ, анатомии, физиологии, биохимии и теории и методики физической культуре спорте, а также понимать особенности избранного вида спорта и его влияние на организм спортсмена. Следует также приобрести популярную медицинскую энциклопедию для владения медицинской терминологией и учебник по спортивной медицине.

### **Методические рекомендации при работе над конспектом во время проведения лекции**

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. Дорабатывать свой конспект лекции, делая соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар.

### **Методические рекомендации студентам по самостоятельной работе над изучаемым материалом и при подготовке к практическим занятиям**

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются практические занятия. В ходе подготовки к семинарам следует изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми



публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т. д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю.

Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью. Своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих рекомендаций и изучении рекомендованной литературы. Студент может дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, и в дальнейшем использовать собственные подготовленные учебные материалы при написании курсовых и дипломных работ. На практическом занятии каждый его участник должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к репродуктивному уровню (простому воспроизведению текста), не допускается и простое чтение конспекта. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение,

понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного. При этом студент может обращаться к записям конспекта и лекций, непосредственно к первоисточникам, использовать знание художественной литературы и искусства, факты и наблюдения современной жизни и т. д. Вокруг такого выступления могут разгореться споры, дискуссии, к участию в которых должен стремиться каждый. Преподавателю необходимо внимательно и критически слушать, подмечать особенное в суждениях студентов, улавливать недостатки и ошибки, корректировать их знания, и, если нужно, выступить в роли рефери. При этом обратить внимание на то, что еще не было сказано, или поддержать и развить интересную мысль, высказанную выступающим студентом. В заключение преподаватель, как руководитель, подводит итоги семинара. Он может (выборочно) проверить конспекты студентов и, если потребуется, внести в них исправления и дополнения.

### **Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы**

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию курса. Студентам рекомендуется получить в библиотеке учебную литературу по дисциплине, необходимую для эффективной работы на всех видах аудиторных занятий, а также для самостоятельной работы по изучению дисциплины. Успешное освоение курса предполагает активное, творческое участие студента путем планомерной, повседневной работы. Важным является посещение не столько лекционных, сколько практических занятий, т.к. студенты приобретают практические умения, необходимые в профессиональной деятельности, а так же, экзаменационные билеты включают не только знание теории, но и практических способностей.

### **Критерии оценки выполнения самостоятельной работы.**

Оценивается умение использовать полученные теоретические знания при выполнении заданий для самостоятельной работы; соблюдение требований

оформления и сроков представления результатов самостоятельной работы. Самостоятельная работа заключается в подготовке к практическим занятиям, (которая считается выполненной, если практические занятия набрали балл выше 6,0), а также в подготовке и защите презентаций (оценка более 6 баллов в 10-балльной системе).



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**  
(ДФУ)

---

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной  
деятельности и физической реабилитации»  
Направление подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
магистерская программа «Физическая реабилитация»  
**Форма подготовки очная**

**Владивосток**  
**2018**

**Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации»**

<b>Код и формулировка компетенции</b>	<b>Этапы формирования компетенции</b>	
ОПК-3: обладание высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры	Знает	теорию и методику организации адаптивной физической культуры
	Умеет	использовать собственные знания и опыт творческой работы в области адаптивной физической культуры в своей профессиональной деятельности
	Владеет	опытом творческой работы в области адаптивной физической культуры
ОПК-6: обладание высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с	Знает	сенситивные периоды развития психики и моторики занимающихся, этиологию и патогенез заболеваний
	Умеет	разработать и внедрить тренировочные программы, содействующие формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний
	Владеет	высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств

учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний		занимающихся адаптивной физической культуры
ПК-15: способность, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья	Знает	Знает: - основы общения, конфликтологии, принципы межличностных коммуникаций; - способы взаимодействия при решении задач, связанных с устранением ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья
	Умеет	Умеет общаться, вести гармоничный диалог и добиваться успеха в процессе коммуникаций с представителями различных профессий в мультибригаде
	Владеет	Владеет коммуникативными навыками, способами установления контактов и поддержания взаимодействия, обеспечивающего достижение необходимого результата.

### Перечень оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Теоретические основы	ОПК-3	Знает: - теорию и методику	ПР-2 Тест	УО-3 УО-4

реабилитации	ОПК-6	организации адаптивной физической культуры; - чувствительные периоды развития психики и моторики занимающихся, этиологию и патогенез заболеваний		Вопросы к зачету и экзамену
		Умеет: - использовать собственные знания и опыт творческой работы в области адаптивной физической культуры в своей профессиональной деятельности; - разработать и внедрить тренировочные программы, содействующие формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом чувствительных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	Семинар-конференция (УО-7)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
		Владеет: - опытом творческой работы в области адаптивной физической культуры; - высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в	Семинар-дискуссия (УО-5)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену

			разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся адаптивной физической культуры		
2	Реабилитация инвалидов, вопросы этики и деонтологии	ПК-15	Знает: - основы общения, конфликтологии, принципы межличностных коммуникаций; - способы взаимодействия при решении задач, связанных с устранением ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья	Творческое задание (УО-9)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
			Умеет общаться, вести гармоничный диалог и добиваться успеха в процессе коммуникаций с представителями различных профессий в мультибригаде	Семинар – взаимообучение (УО-12)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену
			Владеет коммуникативными навыками, способами установления контактов и поддержания взаимодействия, обеспечивающего достижение необходимого результата.	Доклад (УО-6)	УО-3 УО-4 Вопросы к зачету и экзамену



Текущая аттестация студентов по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);
- степень усвоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;
- результаты самостоятельной работы.

**Шкала оценивания уровня сформированности компетенций по дисциплине «Теоретико-методологические основы физической реабилитации»**

<b>Код и формулировка компетенции</b>	<b>Этапы формирования компетенции</b>	<b>критерии</b>	<b>показатели</b>	<b>баллы</b>
---------------------------------------	---------------------------------------	-----------------	-------------------	--------------

ОПК-3: обладание высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры	знает (порогов ый уровень)	теорию и методику организации адаптивной физической культуры	Знание: - определений основных понятий предметной области; - основных понятий по методам реабилитации; - технологий реабилитации и их определение; - источники информации по технологиям, используемым при реабилитации	Способность: - дать определения основных понятий предметной области; - перечислить и раскрыть суть методов реабилитации, которые изучил и освоил магистрант; - самостоятельно сформулировать определения технологий реабилитации; - обосновать целесообразность, применяемых технологий реабилитации; - перечислить источники информации по технологиям реабилитации	45-64
	умеет (продви нутый уровень)	использовать собственные знания и опыт творческой работы в области адаптивной	Умение: - применять известные технологии; - представлять результаты собственных	Способность: - работать с данными других авторов для исследования; - найти литературные	65-84

		физической культуры в своей профессиональной деятельности;	исследований по изучаемой проблеме; - применять технологии реабилитации с учетом особенностей организма человека, учитывающие специфику заболевания; - применять нестандартные способы решения поставленных задач	источники и обосновать объективность применения технологий реабилитации с учетом особенностей организма человека и специфики заболевания; - применять методики и техники для нестандартного решения поставленных задач	
	владеет (высокий уровень)	опытом творческой работы в области адаптивной физической культуры	Владение: - терминологией предметной области знаний; - способностью сформулировать задание по созданию программ реабилитации, учитывающих специфику заболевания и особенности функционального состояния	Способность: - бегло и точно применять терминологический аппарат предметной области исследования в устных ответах на вопросы и в письменных работах; - сформулировать задание по созданию программ	85-100

			<p>организма человека;</p> <p>- требованиями, предъявляемыми к содержанию и последовательности реализации программ реабилитации;</p> <p>- инструментами представления результатов реабилитации человека</p>	<p>реабилитации, учитывающих специфику заболевания и особенности функционального состояния организма человека;</p> <p>- самостоятельно реализовать программу реабилитации и представлять результаты на обсуждение на круглых столах, семинарах, научных конференциях</p>	
<p>ОПК-6:</p> <p>обладание высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных</p>	<p>знает (пороговый уровень)</p>	<p>сенситивные периоды развития психики и моторики занимающихся, этиологию и патогенез заболеваний</p>	<p>Знание основных современных реабилитационных технологий, приборов и оборудования</p>	<p>Способность дать определения основных реабилитационных технологий с использованием современных приборов и оборудования</p>	<p>45-64</p>

<p>отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>умеет (продвинутый уровень)</p>	<p>разработать и внедрить тренировочные программы, содействующие формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с электронными базами данных и библиотечными каталогами;</li> <li>- применять результаты научных исследований;</li> <li>- представлять результаты исследований учёных по изучаемой проблеме и собственных исследований;</li> <li>- проводить врачебно-педагогические наблюдения для нестандартного решения поставленных задач</li> </ul>	<p>Способность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с данными каталогов для исследования;</li> <li>- найти труды учёных и обосновать объективность применения результатов исследований в качестве доказательства или опровержения исследовательских аргументов;</li> <li>- изучить научные определения относительно объекта и предмета исследования;</li> <li>- применять методы научных исследований для нестандартного решения поставленных задач</li> </ul>	<p>65-84</p>
	<p>владеет (высокий уровень)</p>	<p>- высоким уровнем знаний, опытом творческой</p>	<p>Владение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологией предметной области знаний;</li> <li>- способностью</li> </ul>	<p>Способность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформулировать задание для реализации технологий</li> </ul>	<p>85-100</p>

		<p>работы, эмоционально - ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующ их формированию психических и физических качеств занимающихся адаптивной физической культуры</p>	<p>сформулировать задание по научному исследованию: - требованиями, предъявляемыми к содержанию и последовательности исследования; - инструментами представления результатов исследований</p>	<p>реабилитации; - бегло и точно применять терминологический аппарат предметной области исследования в устных ответах на вопросы и в письменных работах; - реализовать самостоятельно технологии реабилитации и представлять полученные результаты</p>	
<p>ПК-15: способность, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением</p>	<p>знает (пороговый уровень)</p>	<p>Знает: - основы общения, конфликтологии, принципы межличностных коммуникаций; - способы взаимодействия при решении задач, связанных с</p>	<p>Знание основ теории и технологий, используемых при реабилитации с учетом специфики заболевания</p>	<p>Способность использовать современные достижения, современное оборудование и приборы в соответствии с программами реабилитации</p>	<p>45-64</p>

здоровья		устранением ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья			
	умеет (продвинутый уровень)	Умеет общаться, вести гармоничный диалог и добиваться успеха в процессе коммуникации с представителем различных профессий в мультибригаде	Умение использовать технологии реабилитации с учетом особенностей организма человека и учета специфики заболевания	Способность: - проводить врачебно-педагогические наблюдения в соответствии с поставленной целью и задачами; - определять логику проведения исследования относительно оценки эффективности реализации цели и задач использования современного оборудования и приборов в соответствии с программами реабилитации	65-84
	владеет (высокий уровень)	Владеет коммуникативными навыками,	Владеет методами создания программ	Способность к оценке результатов состояния	85-100

		способами установления контактов и поддержания взаимодейств ия, обеспечиваю щего достижение необходимого результата.	реабилитации, учитывающих специфику заболевания и особенности функциональног о состояния организма человека	организма и коррекции программ реабилитации	
--	--	--	---	--	--

**Комплект практических заданий по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации»**

При выполнении практических заданий студенту необходимо творчески осмыслить изученную литературу. Ответы на вопросы практических заданий должны быть мотивированными и обоснованными.

**Практическое задание №1**

**1. Факторы, снижающие эффективность средств и методов оптимизации реабилитации?**

**Примерный ответ:** наличие у человека предпатологических состояний и заболеваний, а также отсутствие адекватного дозирования тренировочных нагрузок.

**2. Условия, оптимизирующие естественное повышение физической работоспособности?**

**Примерный ответ:** в процессе тренировки и естественное ускорение процессов постнагрузочного восстановления: адекватное возмещение дефицита жидкости и электролитов, достаточная (не менее 8-10 ч) продолжительность сна, оптимальное питание.

**3. Возмещение дефицита жидкости после мышечной деятельности...?**



**Примерный ответ:** является одним из важных условий ускорения процессов восстановления организма и детоксикации не только за счет усиления функции мочевыделения, но и пассажа кишечного содержимого. Единственно надежным способом физиологического возмещения потери воды и солей во время работы на выносливость является употребление специальных растворов глюкозы (не выше 10%-й концентрации) с солями  $\text{Na}^+$ ,  $\text{K}^+$  и  $\text{Ca}^{++}$  небольшими порциями через каждые 10-15 мин работы. При этом количество жидкости не должно превышать 1 л в час, а ее температура должна составлять 8—13°C. Спортсмены всегда должны пить только воду, прошедшую двойную очистку.

#### **4. Бессонница у пациента...?**

**Примерный ответ:** является одним из наиболее частых проявлений перенапряжения центральной нервной системы и отражением изменений нормального суточного ритма сна и бодрствования, связанных с количеством и ритмом продукции мелатонина.

#### **5. Мероприятия, направленные на профилактику застоя желчи у пациента?**

**Примерный ответ:** частое питание (4-5 раз в сутки), использование продуктов, содержащих большое количество пищевых волокон и обладающих выраженным желчегонным эффектом. Добавление в рацион пищевых веществ, усиливающих отток желчи, периодическое проведение беззондового дренажа.

#### **6. Восстановление гликогена в мышцах...?**

**Примерный ответ:-** одно из необходимых условий оптимизации постнагрузочного восстановления - может затягиваться до 48 ч и более. Для ускорения ресинтеза мышечного гликогена необходимо соблюдение двух условий: выбор для этих целей продуктов с высокими гликемическим индексом и усвояемостью, а также начало их приема сразу по окончании работы. При приеме 50 г (около 0,7 г/кг массы тела) углеводов (в частности,

глюкозы) каждые 2 ч сразу после выполнения физической работы интенсивность ресинтеза гликогена повышается.

### **7. При назначении фармакологических препаратов в программе реабилитации необходимо ...?**

**Примерный ответ:** четко представлять, с какой целью используется каждый из них каковы основные механизмы его действия и, исходя из этого, характер влияния на эффективность реабилитации, а также противопоказания к назначению, возможные осложнения, результаты взаимодействия между собой и т.п.

### **Практическое задание №2**

Выберите из перечисленных вариантов ответа правильный (количество верных ответов может быть различным).

1. Основными проявлениями миогелоза являются все нижеперечисленные, кроме: а) боль в мышце; б) невозможность расслабления мышцы; в) узловые болезненные уплотнения в мышце; г) атрофия мышцы.
2. При остром мышечном спазме необходимо: а) приложить лед; б) захватить рукой сократившиеся мышцы и растянуть их; в) после снятия спазма использовать массаж и тепло; г) после снятия спазма зафиксировать конечность и придать ей приподнятое положение.
3. Паратенонит - это: а) хроническое перенапряжение связочного аппарата; б) хроническое перенапряжение сухожильного влагалища; в) хроническое перенапряжение места прикрепления сухожилия к надкостнице.
4. Заживление зон перестройки костной ткани у человека при ее хроническом перенапряжении занимает: а) 1-2 нед; б) 1,5-2мес; в) 1,5-2 года.
5. Человек не может встать на цыпочки при разрыве: а) икроножной мышцы; б) ахиллова сухожилия; в) четырехглавой мышцы бедра; г) приводящих мышц бедра.
6. Симптом «переднего выдвигающего ящика» наблюдается при повреждении: а) передней крестообразной связки коленного сустава; б) задней

крестообразной связки коленного сустава; в) наружной боковой связки коленного сустава; г) собственной связки надколенника.

7. Усталостные переломы наиболее часто встречаются у женщин, имеющих:

а) повышенную массу тела; б) пониженную массу тела; в) нарушения менструального цикла.

8. Растяжение коллатеральной большеберцовой связки возникает при: а) чрезмерном разгибании; б) ударе по внешней стороне колена; в) ударе по внутренней стороне колена; г) смещении колена наружу; д) смещении колена внутрь.

9. При тендините сухожилия надколенника боль ощущается: а) под коленной чашкой; б) над коленной чашкой; в) на внутренней стороне колена; г) на наружной стороне колена.

10. Из нижеперечисленных мазей и гелей в первый день после ушиба должны использоваться: а) лиотон 1000; б) финалгон; в) троксевазин; г) никофлекс.

**Правильные ответы:** 1 - г 2 - б, в. 3 - б. 4 - в. 5-6 . 6 - а. 7 - б, в. 8 - б, д. 9 - а. 10 - а, в.

### Практическое задание №3

Выберите из перечисленных вариантов ответа правильный (количество верных ответов может быть различным).

1. Справка о допуске к занятиям спортом выдается лицам старше 60 лет: а) 1 раз в году; б) каждые 3 месяца; в) 1 раз в месяц.

2. Из спортивно-оздоровительных занятий лицам, страдающим ожирением, не показаны: а) бег; б) езда на велосипеде; в) плавание; г) лыжи; д) гребля.

3. При лабораторном тестировании женщин среднего возраста необходимо исходить из того, что прирост ЧСС у них на повышение мощности нагрузки на 100 кгм/мин составляет в среднем: а) 10 уд/мин; б) 25 уд/мин; в) 15 уд/мин.

4. Занятия оздоровительной физической культурой целесообразно проводить на уровне максимального резерва пульса, равном: а) 10-20%; б) 40-80%; в) 90-100%.
5. Максимальный резерв пульса рассчитывают по формуле: а) 220 минус возраст; б) 220 минус 0,5 возраста; в) (220 минус возраст) x 0,87; г) (220 минус возраст) минус ЧСС покоя; д) 170 минус возраст.
6. Двухразовые занятия в неделю эффективны у лиц: а) с высокими исходными относительными значениями МПК; б) с низкими исходными относительными значениями МПК.
7. Для тренировки рук должна использоваться нагрузка, составляющая от величины нагрузки, используемой для тренировки ног: а) 30%; б) 50%; в) 80%.
8. Если при выполнении работы на суше частота сердечных сокращений составляет 170 уд./мин, то при выполнении нагрузки идентичной мощности в воде она должна составлять: а) около 180 уд./мин; б) около 155 уд./мин; в) около 130 уд./мин.
9. Рекомендуемая скорость ходьбы для лиц пожилого возраста по плоскости с небольшим наклоном: а) 20-50 шагов в 1 мин; б) 30-80 шагов в 1 мин; в) 100-120 шагов в 1 мин.
10. При наличии показаний к снижению физических нагрузок необходимо в первую очередь: а) уменьшить их интенсивность, сохраняя общий объем и количество занятий в неделю; б) уменьшить их объем в каждом занятии, сохраняя интенсивность и количество занятий в неделю; в) уменьшить количество занятий в неделю, объем нагрузок в каждом занятии и их интенсивность.

**Правильные ответы:** 1- в. 2 - а. 3 - в. 4 - б. 5 - г. 6 - б. 7 - б. 8-б. 9-б. 10 - а.

## ТЕСТ-КАРТА ПО КУРСУ

### Тест №1

## **Необходимо выбрать правильные ответы (может быть несколько)**

1 Лечебные мероприятия, направленные на облегчение боли, уменьшение субъективных ощущений, обучение пациента максимально независимому уходу за собой и обучение членов семьи включают в себя:

- психотерапию,
- физиотерапию,
- массаж,
- кинезитерапию,
- обучающую терапию.

2 Запись в медицинской карте для проведения реабилитационных мероприятий включает в себя:

- заболевание, его форма, особенности течения, этиологические факторы
- проведенное и применяемое лечение,
- изменения функционального состояния в течение острого периода
- наличие функциональных нарушений и степень их выраженности
- функциональное состояние до заболевания (если это возможно)
- состояние резервов организма (если это возможно)

3 Начало реабилитационных мероприятий должно осуществляться в максимально ранние сроки и направлено на повышение активности пациента:

- в повседневной жизни,
- в осуществлении ухода за собой, проведение гигиенических мероприятий
- в двигательной сфере с целью улучшения кровообращения и питания тканей организма,
- в общении с окружающими и членами семьи.

4. Противопоказаниями для повышения двигательной активности являются:

- коматозное состояние пациента,
- тяжелое состояние больного,
- прогрессирующие функциональные нарушения,
- кровотечения и риск их возникновения.

5 Меры по профилактике осложнений необходимо принимать на всех стадиях лечения. Из-за ограничения двигательного режима не только часто развиваются осложнения, но и замедляется процесс восстановления, создается угроза жизни больного. Возможными проблемами могут быть:

- тромбозы глубоких вен,
- тромбоэмболия легких,
- пролежни и другие повреждения кожного покрова,
- инфекционные заболевания из-за снижения иммунитета
- «застойная» пневмония
- нарушение функций мочеиспускания и дефекации, присоединение инфекции,
- развитие контрактур,
- падения и травмы,
- судорожные состояния.

6 Меры по профилактике прогрессирования основного заболевания следует принимать на всех этапах реабилитации, для этого необходимо:

- выявить и контролировать факторы риска,
- контролировать своевременный и правильный прием лекарственных средств,
- наблюдать за возможностью развития побочных эффектов;
- проводить противорецидивное лечение;
- соблюдать двигательный режим и диету

7 Систематически на ключевых стадиях (сроках) лечения и ухода в остром периоде и периоде реабилитации необходимо проводить экспертизу состояния пациента. Наиболее важна экспертиза на следующих этапах:

- при поступлении пациента,
- при утверждении реабилитационных программ,
- во время проведения реабилитационных мероприятий,
- после выписки из отделения.

8 Используйте рекомендованные стандартные методики оценки состояния пациента. Это методики:

- по определению вида степени выраженности нарушений,
- позволяющие задокументировать особенности клинического состояния пациента, позволяющие задокументировать степень дезадаптации,
- позволяющие задокументировать вид и степень выраженности социальной недостаточности.
- частные методики определения нарушения основных функций.

9 Во время госпитализации обследуйте пациента для выбора вида реабилитации. Необходимо проанализировать:

- клиническое состояние,
- специфические нарушения,
- факторы окружающей среды
- индивидуальные особенности пациента,
- степень выраженности нарушений,
- степень ограничения жизнедеятельности
- степень социальной недостаточности.

10 Некоторым пациентам реабилитационные мероприятия могут быть начаты с первых дней, а некоторым лишь после стабилизации состояния. каждым пациентом этот вопрос решается индивидуально. Для выбора программы реабилитации или составления индивидуальной программы необходимо:

- оценить состояние пациента с медицинской точки зрения,
- определить, имеются ли у пациента нарушения функций организма,
- определить, обучаем ли пациент,
- определить уровень физической активности пациента.

11 Медицинская реабилитация осуществляется на следующих этапах:

- стационарном этапе, когда состояние пациента требует тщательного наблюдения и контроля, выбора медикаментозного лечения,

- поликлиническом этапе, когда состояние пациента стабилизировалось, исчезла угроза жизни и снизился риск прогрессирования заболевания и развития осложнений,
- санаторно-курортном этапе, когда одной из основных задач реабилитации будет укрепление защитных сил организма, улучшение общего состояния здоровья.

12. По определению Международного отдела труда на каждом из этапов реабилитации можно ожидать следующих исходов:

- восстановление функциональной способности
- полное выздоровление
- частичное выздоровление
- компенсация при ограниченном излечении или отсутствии излечения.

13 Определите основные цели реабилитации для пациента. Этими целями могут быть:

- помочь утвердиться в принятом решении
- обеспечить пациента информацией о реабилитации и плане мероприятий
- обеспечить выполнение основных условий для успешной реабилитации

14 Основная информация для построения для построения реабилитационной программы

- данные из «Медицинской карты»
- функциональный статус пациента
- проводимое лечение
- факторы риска

15 Ясно и четко сформулируйте задачи реабилитации и разработайте план их выполнения. Реабилитационные задачи являются производными от базовых целей, целей пациента и его семьи. Они включают в себя:

- реальные сроки их решения
- отражают соглашение между пациентом, семьей и реабилитационной бригадой



- устанавливают конкретные, измеримые результаты и реально их описывают

16 Активно привлекайте пациента и его семью к участию в реабилитации. Они должны принимать участие с самого начала. Во время определения реабилитационной программы они:

- узнают о задачах, процессе реабилитации, процессе и прогнозе реабилитационных вмешательств
- узнают об уходе и профилактике осложнений
- содействуют в постановке реабилитационных задач и коррекции реабилитационного плана
- сообщают свои предложения, задают вопросы

принимают участие в лечебных консультациях

17 Обучите пациента методам компенсации при нетрудоспособности. К пациенту с целью формирования компенсаторных навыков могут быть применены различные методы, которые способствуют повышению ежедневной активности пациента. Это могут быть:

приспособления для передвижения,

приемы самопомощи;

различные ортопедические приспособления.

18 Учтите высокую вероятность развития *депрессии* и обеспечьте соответствующий уход. При депрессии у пациента возникают следующие проблемы

- нарушение сна
- нарушение аппетита
- неспецифические легочно-сердечные или желудочно-кишечные жалобы
- трудности в концентрации внимания
- раздражительность
- утомляемость, упадок сил
- чувство печали, вины, безнадежности, малоценности, отчаяния

- потеря интереса к повседневной деятельности
- трудности в принятии решений
- мысли о смерти или самоубийстве

19 Проводите контроль за ходом выздоровления, динамикой состояния на основании стандартов. Оценивается состояние основных органов и систем организма, состояние окружающей обстановки, успешность в решении основных проблем пациента. Отсутствие изменений в состоянии больного влечет за собой пересмотр программы реабилитации. При подготовке пациента к выписке дается следующая информация:

- состояние здоровья пациента, функциональные нарушения, включая те, которые были до заболевания или травмы и поступления в реабилитационное отделение.
- физическое состояние в настоящее время, включая данные обследования и лечения.
- вид, интенсивность, продолжительность проводимых реабилитационных мероприятий.
- определение потребностей в двигательной, функциональной и самостоятельной активности.
- прогнозирование возможных проблем в состоянии здоровья.
- психологические проблемы пациента, их решение и возможные проблемы в будущем.
- специфические рекомендации для проведения реабилитации и проведение достоверного прогноза функционального состояния организма.

## Тест №2

1. Реабилитация – это

а\ лечение осложнений

б\ профилактика обострений

+ в\ восстановление самостоятельности пациента

2. Наиболее часто инвалидность развивается вследствие

+ а\ заболеваний сердечно-сосудистой системы

б\ заболеваний опорно-двигательного аппарата

в\ заболеваний органов дыхания

3. Распространенность инвалидности среди взрослого населения России

а\ более 30%

б\ около 20%

+ в\ около 10%

4. Современное понятие реабилитации сформировалось

а\ в Древнем Риме

+ б\ в годы II мировой войны

в\ во второй половине XIX века

5. Основные принципы реабилитации

а\ раннее начало

б\ индивидуальный подход

в\ комплексности

г\ последовательности

+ д\ все перечисленное верно

6. Формы реабилитации

+ а\ реабилитационный центр

б\ специализированный диспансер

в\ отделение функциональной диагностики

7. Здоровье - это

+ а\ нормальное состояние функций организма

б\ сохранение целостности тканей

- в\ состояние физического, психического, социального благополучия
- г\ отсутствие болезней

8. Инвалидность - это

- а\ социальная недостаточность
- б\ нарушение здоровья
- в\ наличие хронического заболевания
- + г) все перечисленное

9. Нарушение здоровья связано с

- а\ ограничением жизнедеятельности
- б\ нарушением самообслуживания
- + в\ расстройством структуры и функции организма

10. Социальная недостаточность - это

- а\ ограничение жизнедеятельности
- + б\ социальные последствия нарушения здоровья
- в\ нарушение самообслуживания

11. Социальная помощь - это

- а\ материальная компенсация
- + б\ мероприятия для устранения социальной недостаточности
- в\ мероприятия для компенсации нарушений

12. Реабилитация инвалидов осуществляется с помощью мероприятий

- а\ педагогических
- б\ экономических
- в\ медицинских
- г\ психологических
- + д\ все перечисленное верно

13. Целью реабилитации является

+ а\ восстановление здоровья

б\ восстановление социального статуса инвалида

в\ профилактика осложнений заболеваний

14. Определение реабилитационного потенциала необходимо для

а\ реализации способностей пациента

+ б\ составления плана лечения

в\ борьбы с осложнениями

15. Индивидуальная программа реабилитации инвалида включает в себя

а\ план ухода

+ б\ перечень реабилитационных мероприятий

в\ основные этапы лечения

16. Впервые была организована реабилитация больных

а\ с заболеваниями сердечно-сосудистой системы

б\ с заболеваниями опорно-двигательного аппарата

в\ детей ДЦП

+ г\ инвалидов войны

17. Основное направление реабилитации в XXI веке

а\ применение современной диагностики

+ б\ разработка индивидуальных программ

в\ разработка стандартов реабилитации

г\ применение технологических достижений

18. Нарушение функции представляет собой расстройство на уровне

+ а\ органном

б\ личностном

в\ социальном

19. Ограничение жизнедеятельности представляет собой расстройство на уровне

а\ системы органов

+ б\ человека

в\ общества

20. Причиной развития социальной недостаточности может быть

а\ нарушения жизнедеятельности

б\ неблагоприятные условия внешней среды

в\ ограничение жизнедеятельности

+ г\ все перечисленное верно

21. Проявление заболевания выражается в

+ а\ нарушении

б\ ограничении жизнедеятельности

в\ социализации

22. Утрата способности одеваться относится к

а\ нарушению

+ б\ ограничению жизнедеятельности

в\ социальной недостаточности

23. В реабилитации выделяют аспекты

а\ физический

б\ социальный

в\ психологический

+ г\ все перечисленное верно

24. Основная задача в реабилитации пациента

а\ помочь пациенту в самообслуживании

б\ уход за пациентом

+ в\ помочь пациенту самому справиться с проблемой

25. Следующим этапом за формулированием проблем пациента является

а\ оценка эффективности ухода

б\ определение целей ухода

+ в\ составление плана реабилитационного вмешательства

26. Программа медицинской реабилитации включает в себя

+ а\ физические методы реабилитации

б\ создание благоприятных условий для выздоровления

в\ профессиональное обучение

27. Оценка в реабилитационном процессе проводится на основании

+ а\ достижения целей реабилитации

б\ выполнения запланированных мероприятий

в\ достижения целей пациента

28. Формулировка проблем пациента включает в себя

а\ проблему с указанием ее причины

+ б\ проблему с указанием целей реабилитации

в\ проблему с указанием плана ухода

г\ только проблему пациента

29. В реабилитации пациента инструктор ЛФК выполняет следующие роли

+ а\ лечебную и профилактическую

б\ роль учителя, «адвоката», советника

в\ роль руководителя или подчиненного

30. Нарушения включают в себя

+ а\ двигательные нарушения

б\ ухудшение самообслуживания

в\ ограничение физической независимости

31. Ограничение жизнедеятельности включает в себя

а\ языковые и речевые нарушения

+ б\ снижение способности общаться с окружающими

в\ ограничение способности к получению образования

32. Социальная недостаточность представляет собой

а\ проявление болезни

б\ социализацию нарушений

+ в\ отражение социальных проблем общества

33. Уход в реабилитации направлен на

+ а\ повышение эффективности лечения

б\ повышение активности пациента

в\ строгое выполнение назначений врача

34. Меры по профилактике осложнений проводятся

+ а\ на всех этапах лечения

б\ в острый период заболевания

в\ в период реабилитации пациента

35. Меры по профилактике прогрессирования заболевания включают в себя

а\ самостоятельное контролирование пациентом лечебных мероприятий

б\ выявление и контроль факторов риска



+ в\ обучение членов семьи и пациента

36. Пациент и члены его семьи должны

а\ не вмешиваться в процесс реабилитации

б\ принимать участие в обсуждении целей реабилитации после специального обучения

+ в\ принимать активное участие в реабилитации

37. С целью повышения эффективности реабилитационных мероприятий нужно:

+ а\ обучать членов семьи пациента правильному уходу

б\ ограничить контакты пациента с семьей

в\ лично выполнять все манипуляции по уходу

38. При планировании выписки пациента домой необходимо

а\ восстановить профессиональные способности пациента

+ б\ обучить пациента самоуходу

в\ оценить безопасность домашней обстановки

39. При работе с членами семьи пациента инструктор ЛФК:

+ а\ оказывает им поддержку

б\ ограничивает их доступ к информации о пациенте

в\ проводит консультации по решению социально-экономических проблем семьи

### **Темы докладов и выступлений:**

1. Общая патология.

2. Понятие о здоровье.

3. Понятие о болезни.

4. Предпатологические состояния.

- 5.«Патологическая реакция», «патологический процесс», "патологическое состояние».
6. Механизмы защиты, направленные на восстановление постоянства внутренней среды организма.
7. Этиология и патогенез заболеваний.
8. Физические, химические, биологические, социальные, психические причины болезни.
9. Понятия о гипертрофии, атрофии, дистрофии. Причины, вызывающие их и механизм развития.
10. Понятие реактивности организма. Иммуитет, виды иммунитета. Антитела, антигены.
11. Наследственность в патологии.
12. Спортивные травмы. Характеристика спортивного травматизма.
13. Причины спортивных травм, их профилактика.
14. Травмы опорно-двигательного аппарата (ушиб, растяжения, подвывихи и разрывы мышц, вывихи и подвывихи суставов). Первая помощь.
15. Переломы, виды переломов. Первая помощь при переломах. Правила наложения шины.
16. Повреждение кожных покровов. Первая помощь, правила накладывания повязки. Способы остановки кровотечения.
17. Травмы нервной системы. Первая помощь.
18. Травмы внутренних органов, носа, уха, гортани, глаз.

#### **Критерии оценки презентации доклада:**

<b>Оценка</b>	<b>50-60 баллов (неудовлетворительно)</b>	<b>61-75 баллов (удовлетворительно)</b>	<b>76-85 баллов (хорошо)</b>	<b>86-100 баллов (отлично)</b>
<b>Критерии</b>	<b>Содержание критериев</b>			

<b>Раскрытие проблемы</b>	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы
<b>Представление</b>	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. использовано 1-2 профессиональных термина	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов
<b>Оформление</b>	Не использованы технологии PowerPoint. Больше 4 ошибок в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint частично. 3-4 ошибки в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint. Не более 2 ошибок в представляемой информации	Широко использованы технологии (PowerPoint и др.). Отсутствуют ошибки в представляемой информации
<b>Ответы на вопросы</b>	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с приведением примеров и/или пояснений

### **Промежуточная аттестация студентов**

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной. По вышеуказанной дисциплине предусмотрена промежуточная аттестация в виде **зачета** и **экзамена**. Экзамен и зачет предусмотрены по дисциплине в устной форме, с использованием устного опроса в форме ответов на вопросы экзаменационных билетов.

#### **Вопросы к зачету по дисциплине**

**«Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации»**

1. Понятие физической реабилитации. Формы, средства, методы физической реабилитации.
2. Механизм действия физических упражнений.
3. Классификация физических упражнений.
4. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
5. Виды двигательных режимов в условиях стационара и санатория.
6. Формы ЛФК в условиях стационара, санатория и курорта.
7. Понятие, цели и задачи медицинской реабилитации.
8. Содержание этапов реабилитации.
9. Принципы реабилитационных мероприятий и их эффективность.
10. Сущность методов медицинской реабилитации.
11. Комплексная реабилитация пациентов, возможности ЛФК
12. Комплексная реабилитация пациентов, возможности физиотерапии.
13. Комплексная реабилитация пациентов, возможности санаторно-курортного лечения.
14. Основы законодательства в обеспечении социальной защиты населения. Цели и задачи медицинской реабилитации. Виды, формы, и методы реабилитации.
15. Основы социальной реабилитации. Структура инвалидности, её причины. Понятие «инвалид» и «инвалидность».
16. Психологические основы реабилитации. Правила и этапы составления индивидуальной программы инвалида (ИПР).
17. Основные виды физиотерапевтических процедур и возможности их применения в реабилитации. Нормативные документы, регламентирующие работу физиотерапевтического отделения. Противопоказания к физиотерапии.
18. Общее и специальное физиологическое воздействие санаторно-курортного лечения на организм человека. Понятие о курорте и санатории. Нормативные документы, регламентирующие санаторно-курортное лечение.

Показания и противопоказания к санаторно-курортному лечению. Санатории Волгоградской области.

19. Общее и специальное физиологическое воздействие физических упражнений на организм человека.
20. Принципы дозировки физической нагрузки.
21. Средства, формы и методы применения ЛФК, классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК.
22. Показания и противопоказания к ЛФК.
23. Двигательные режимы в системе ЛФК.
24. Принципы составления комплекса ЛГ, построения занятия и курса ЛФК.
25. Дозировка физической нагрузки в ЛФК.
26. Организация медицинского контроля в ЛФК.
27. Методы функционального исследования и учёта эффективности применения физических упражнений при различных заболеваниях.
28. Критерии эффективности занятий физическими упражнениями
29. Общее и специальное физиологическое воздействие массажа на организм человека.
30. Особенности организации социальной помощи пожилым, престарелым людям и инвалидам.
31. Основные функции, цели и задачи паллиативной помощи, роль специалиста АФК в оказании паллиативной помощи.
32. Принципы медико-социальной реабилитации инвалидов, одиноких лиц, участников военных действий, лиц с профессиональными заболеваниями и лиц из группы социального риска.

#### **Вопросы к экзамену**

1. Понятие физической реабилитации. Формы, средства, методы физической реабилитации.
2. Механизм действия физических упражнений.
3. Классификация физических упражнений.

4. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
5. Виды двигательных режимов в условиях стационара и санатория.
6. Формы ЛФК в условиях стационара, санатория и курорта.
7. Понятие о реабилитации, история возникновения медицинской реабилитации-
8. Деятельность международных организаций, занимающихся вопросами реабилитации-
9. Реабилитация и ее виды-
10. Физическая реабилитация как компонент АФК
11. Содержание и формы корректирующих упражнений
12. Раннее начало как принцип физической реабилитации
13. Комплексность воздействий как принцип физической реабилитации
14. Индивидуализация как принцип физической реабилитации
15. Этапность воздействий как принцип физической реабилитации
16. Социальная направленность как принцип физической реабилитации-
17. Систематическое использование методов контроля как принцип физической реабилитации
18. Лечебная физическая культура и физическая реабилитация
19. Трудотерапия и физическая реабилитация
20. Массаж и физическая реабилитация
21. Лечебные и педагогические средства в физической реабилитации
22. Понятие о травмах и травматической болезни
23. Составление реабилитационных программ в условиях стационара и санатория
24. Физическая реабилитация как компонент АФК
25. Содержание и формы корректирующих упражнений
26. Раннее начало как принцип физической реабилитации
27. Комплексность воздействий как принцип физической реабилитации
28. Индивидуализация как принцип физической реабилитации

29. Этапность воздействий как принцип физической реабилитации
30. Социальная направленность как принцип физической реабилитации
31. Систематическое использование методов контроля как принцип физической реабилитации
32. Лечебная физическая культура и физическая реабилитация
33. Трудотерапия и физическая реабилитация
34. Массаж и физическая реабилитация
35. Лечебные и педагогические средства в физической реабилитации
36. Составление программ по физической реабилитации для получивших травмы
37. Понятие об осанке. Виды нарушений осанки
38. Физическая реабилитация при различных дефектах осанки
39. Физическая реабилитация при сколиозе
40. Физическая реабилитация при плоскостопии
41. Использование средств и методов физической реабилитации при операционных вмешательствах
42. Технологии физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях нервной системы
43. Технологии физической реабилитации женщин в период беременности и родов, в послеродовый период
44. Технологии физической реабилитации женщин при гинекологических заболеваниях
45. Физическая реабилитация в условиях санаторно-курортного отдыха и лечения
46. Реабилитация инвалидов различных патологий
47. Средства и методы физиотерапии в процессах физической реабилитации
48. Электролечение и физическая реабилитация
49. Магнитотерапия и физическая реабилитация
50. Ультразвуковое лечение и физическая реабилитация
- 51.

52. Вибромассаж, светотерапия и физическая реабилитация
53. Применение физических факторов в физической реабилитации
54. Этиология, патогенез и реабилитация заболеваний дыхательной системы
55. Этиология, патогенез и реабилитация заболеваний пищеварительной системы
56. Этиология, патогенез и реабилитация заболеваний сердечно-сосудистой системы
57. Этиология, патогенез и реабилитация заболеваний мочеполовой сферы
58. Физическая реабилитация при нарушениях обмена веществ (подагра, сахарный диабет, ожирение)

**Критерии выставления оценки студенту на зачете и экзамене по дисциплине «Теоретико-методологические основы оздоровительной деятельности и физической реабилитации»**

Баллы (рейтинговой оценки)	Оценка зачета/ экзамена (стандартная)	Требования к сформированным компетенциям
100-86	<p style="text-align: center;"><i>«зачтено»</i></p> <p style="text-align: center;"><i>«отлично»</i></p>	<p>Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, знания, умения и навыки всех компетенций дисциплины исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в</p>



		<p>ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.</p> <p>Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.</p>
85-56	<p>«зачтено»</p> <p>«хорошо»</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.</p> <p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает</p>
55 и менее	<p>«зачтено»</p> <p>«удовлетворительно»</p> <p>«незачтено»</p> <p>«неудовлетворительно»</p>	

		<p>существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p>
--	--	--

### Перечень оценочных средств (ОС)

№ п/п	Код ОС	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
<b>Устный опрос</b>				
1	УО-1	Собеседование	<p>Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.</p>	<p>Вопросы по темам / разделам дисциплины</p>
2	УО-5	Дискуссия	<p>Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс</p>	<p>Перечень дискуссионных тем</p>

3	УО-6	Доклад, сообщение	<p>обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.</p> <p>Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы</p>	Темы докладов, сообщений
3	УО-9	Творческое задание	<p>Совместная деятельность группы обучающихся под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и</p>	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре

			решать типичные профессиональные задачи.	
4	УО-11	Конференция	Средство, позволяющее оценить умение обучающегося излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме	Темы для обсуждения
<b>Письменные работы</b>				
1	ПР-1	Тесты	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий
2	ПР-4	Реферат	Продукт самостоятельной	Темы рефератов

		<p>работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.</p>	
--	--	---	--