



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

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОП

Шакирова Шакирова О.В.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Департамента
физической культуры и спорта

Шакирова О.В. Шакирова

« 27 » декабря 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с
заболеваниями внутренних органов
Направление подготовки **49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в**
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Магистерская программа «**Физическая реабилитация**»
Форма подготовки **очная**

курс 2 семестр 3

лекции 4 час.

практические занятия 18 час.

лабораторные работы 00 час.

в том числе с использованием интерактивных методов обучения лек. 00 / пр. 00 / лаб. 0 час.

всего часов аудиторной нагрузки 22 час.

самостоятельная работа 50 час.

в том числе на подготовку к экзамену 0 час

контрольные работы (количество) не предусмотрены

курсовая работа / курсовой проект не предусмотрены

зачет 3 семестр

экзамен 0

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 946.

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «27» декабря 2021 г. № 4

Директор Департамента ФКиС Шакирова О.В.

Составитель: к.м.н., доцент Козявина Н.В.

Владивосток
2022

Оборотная сторона титульного листа РПД

1. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и утверждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «___» _____ 2021 г. № _____

2. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и утверждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «___» _____ 2021 г. № _____

3. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и утверждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «___» _____ 2021 г. № _____

4. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и утверждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «___» _____ 2021 г. № _____

5. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и утверждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от «___» _____ 2021 г. № _____

1. Цели и задачи освоения дисциплины:

Цель: усвоение студентами теоретических основ предмета, обучение способности самостоятельно разрабатывать комплексы физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание

Задачи:

1. Изучение состояния здоровья человека, в том числе инвалида, закономерностей формирования и возможностей развития компенсаций у человека.
2. Освоение современных методов и средств лечебной физической культуры для больных с заболеваниями различных половозрастных групп и степени инвалидности.
3. Обобщение и внедрение в профессиональную деятельность передового опыта использования лечебной физической культуры для восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека.
4. Совершенствование индивидуальных программ лечебной физической культуры и современных способов наиболее полного устранения или развития оставшихся ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы, характеризуют формирование следующих компетенций:

Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения:

Тип задач	Код и наименование профессиональной компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Реабилитационный (восстановительный)	ПК-2 Способен к восстановительно-реабилитационной деятельности в тренировочном	ПК – 2.1 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивной физической

Тип задач	Код и наименование профессиональной компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
	процессе в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	культуре
		ПК – 2.2 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивном спорте

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
ПК – 2.1 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивной физической культуре	Знает: - критерии оценки индивидуальной нуждаемости гражданина в реабилитационной помощи; - способы мобилизации мотивационной сферы реабилитанта, позволяющие ему сделать выбор здорового образа жизни, социально приемлемого поведения
	Умеет самостоятельно разрабатывать комплексы физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание
	Владеет навыками внедрения 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 – 2.2 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивном спорте	Знает: - различные методы наблюдения за состоянием здоровья реабилитанта, изучения его жизненной ситуации, основные способы консультирования различных категорий реабилитантов; - правила профессиональной этики и деонтологии
	Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
	<p>утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами оценки соответствия уровня позитивных (негативных) изменений в состоянии здоровья и/или жизненной ситуации реабилитанта и его ближайшего окружения, достигнутыми в ходе реализации индивидуального маршрута реабилитации результатами; - способами мониторинга результатов реабилитации после завершения реабилитационного случая; - нормами разработки методических документов по внедрению инновационных технологий и методов оказания реабилитационной помощи

2. Трудоёмкость дисциплины и видов учебных занятий по дисциплине

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачётных единицы / 72 академических часа. Является дисциплиной части ОП, формируемой участниками образовательных отношений, изучается на 2-ом курсе и завершается зачетом во 3-ем семестре.

Видами учебных занятий и работы обучающегося по дисциплине являются:

Обозначение	Виды учебных занятий и работы обучающегося
Лек	Лекции
Пр	Практические занятия
ОК	Онлайн курс
СР	Самостоятельная работа обучающегося в период теоретического обучения
Контроль	Самостоятельная работа обучающегося и контактная работа обучающегося с преподавателем в период промежуточной аттестации

Структура дисциплины:

Форма обучения – очная _____.

№	Наименование раздела дисциплины	ме ст	Количество часов по видам учебных занятий и работы обучающегося	Формы текущего контроля
---	---------------------------------	----------	-----------------------------------------------------------------	-------------------------

			Лек	Лаб	Пр	ОК	СР	Контроль	успеваемости и промежуточной аттестации
1	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной системы	3	2	0	0		0		УО-1 (Собеседование)
2	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения при патологии мочевой системы и при расстройствах обмена веществ	3	2	0	0		0		ПР-1 (Тест)
3	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3	0	0	4		10		УО-3 (Доклад с презентацией)
4	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	3	0	0	4		8		ПР-4 (Реферат)
5	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при хронической патологии желудочно-кишечного тракта	3	0	0	4		7		УО-1 (Собеседование)
6	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях почек	3	0	0	2		7		УО-3 (Сообщение)
7	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при расстройствах обмена веществ	3	0	0	2		8		УО-4 (Дискуссия)
8	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при гинекологических заболеваниях, в период беременности, в родах и послеродовом периоде	3	0	0	2		10		УО-3 (Доклад с презентацией)
	Итого:		4	0	22		50	0	зачет

III. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

Тема 1. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной системы. (2 часа)

Распространенность сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска и их формирование. Атеросклероз - понятие, этиология, патогенез, симптомы в зависимости от локализации процесса. Принципы профилактики. Цель, задачи ЛФК при атеросклерозе. Ишемическая болезнь сердца - понятие, этиопатогенез, клинические формы, профилактика. Особенности комплекса лечебной гимнастики при инфаркте миокарда в зависимости от ступеней активности и этапа реабилитации больных. Противопоказания к занятиям ЛФК. Гипертоническая болезнь сердца. Понятие, этиопатогенез, степени, формы гипертонической болезни, клиническое течение. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от стадии болезни и этапов ее лечения. Противопоказания к занятиям ЛФК. Гипотоническая болезнь. Понятие, причины, симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК. ЛФК.

Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. Особенности ЛФК при пневмонии. Цель, задачи, методика ЛФК. Противопоказания к занятиям ЛФК. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом бронхите, пневмосклерозе, эмфиземе легких, бронхиальной астме. Противопоказания к занятиям ЛФК. Особенности ЛФК при бронхоэктазах.

Тема 2. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения при патологии мочевой системы и при расстройствах обмена веществ (2 часа)

Принципы физической реабилитации при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в зависимости от периода заболевания. Противопоказания к занятиям ЛФК. Цель, задачи, методика ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей, дискинезии кишечника, спланхноптозе.

Особенности физической реабилитации при заболеваниях органов мочевого выделения. Цель, задачи, методики, противопоказания к занятиям ЛФК при хроническом пиелонефрите, гломерулонефрите, мочекаменной болезни.

Физическая реабилитация при нарушениях углеводного, липидного и белкового обменов. Сахарный диабет – понятие, типы, симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям. Ожирение – понятие, виды, степени, сущность алиментарного ожирения. Цель, задачи, методики ЛФК. Подагра – понятие, причины, симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям.

IV. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (18 часов)

Занятие 1. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (4 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Распространенность сердечно-сосудистых заболеваний.
2. Факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний их формирование.
3. Атеросклероз - понятие, этиология, патогенез. Принципы профилактики.
4. Цель, задачи ЛФК при атеросклерозе.
5. Ишемическая болезнь сердца - понятие, этиопатогенез, клинические формы, профилактика.
6. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от функционального класса.
7. Инфаркт миокарда. Особенности комплекса лечебной гимнастики при инфаркте миокарда в зависимости от ступеней активности и этапа реабилитации больных.
8. Противопоказания к занятиям ЛФК.

9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при инфаркте миокарда на стационарном этапе лечения с учетом степени активности.
10. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при инфаркте миокарда на санаторном этапе лечения с учетом степени активности.
11. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при инфаркте миокарда на диспансерно-поликлиническом этапе реабилитации с учетом степени активности.
12. Гипертоническая болезнь. Понятие, этиопатогенез.
13. Классификация гипертонической болезни: степени, формы, клиническое течение, осложнения.
14. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от стадии болезни и этапов ее лечения.
15. Противопоказания к занятиям ЛФК при гипертонической болезни.
16. Гипотоническая болезнь. Понятие, причины, симптомы.
17. Цель, задачи, методика ЛФК при гипотонической болезни.
18. Составление конспекта занятий и выполнение комплекса упражнений на различных этапах лечения гипертонической болезни в зависимости от стадии болезни.
19. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при гипотонической болезни.

Занятие 2. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания (4 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Пневмония. Понятие, этиопатогенез, основные симптомы, классификация.
2. Цель, задачи, методика ЛФК.
3. Противопоказания к занятиям ЛФК.

4. Плеврит. Понятие, этиопатогенез, основные симптомы, виды плевритов.
5. Цель, задачи, методика ЛФК при экссудативном плеврите.
6. Противопоказания к занятиям ЛФК.
7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при острой пневмонии в зависимости от этапа лечения. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при плевритах.
8. Бронхиальная астма. Понятие, этиология, патогенез, основные симптомы, классификация.
9. Цель, задачи, методики ЛФК при бронхиальной астме (БА). Методики специальной дыхательной гимнастики при БА.
10. Противопоказания к занятиям ЛФК.
11. ХОБЛ. Понятие, этиология, патогенез, основные симптомы, классификация. Осложнения ХОБЛ: эмфизема, пневмосклероз, гипоксемия, дыхательная недостаточность.
12. Цель, задачи, методики ЛФК при ХОБЛ. Противопоказания к занятиям ЛФК.
13. Бронхоэктатическая болезнь. Понятие, этиология, патогенез, основные симптомы, осложнения. Особенности ЛФК при бронхоэктазах.
14. Выполнение студентами комплекса дренажных упражнений.
15. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при бронхиальной астме.
16. Выполнение звуковой гимнастики при бронхиальной астме.
17. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при эмфиземе, ХОБЛ в зависимости от двигательного режима.

Занятие 3. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при хронической патологии желудочно-кишечного тракта (4 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Краткие данные об этиологии, патогенезе, основных симптомах заболеваний органов пищеварения.
2. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом гастрите с повышенной секреторной функцией.
3. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом гастрите с пониженной секреторной функцией.
4. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, этиопатогенез, симптомы.
5. Цель, задачи, методики ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в зависимости от периода заболевания.
6. Противопоказания к занятиям ЛФК.
7. Дискинезия желчевыводящих путей (ДЖВП), понятие, симптомы, виды дискинезий.
8. Цель, задачи, методика ЛФК при различных формах дискинезии желчевыводящих путей.
9. Цель, задачи, методика ЛФК при спланхноптозе.
10. Цель, задачи, методика ЛФК при дискинезии кишечника.
11. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при хроническом гастрите.
12. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в зависимости от стадии заболевания.
13. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при дискинезии желчевыводящих путей в зависимости от ее формы.
14. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при дискинезии кишечника в зависимости от типа.

Занятие 4. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях почек (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Краткие данные об этиопатологии, патогенезе, основных симптомах заболеваний органов мочевого выделения.
2. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом пиелонефрите, противопоказания к занятиям ЛФК,
3. Цель, задачи, методики ЛФК при хроническом гломерулонефрите, противопоказания к занятиям ЛФК.
4. Цель, задачи, методики ЛФК при мочекаменной болезни, противопоказания к занятиям ЛФК.
5. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при мочекаменной болезни в зависимости от двигательного режима и этапа реабилитации.
6. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при хроническом пиелонефрите в зависимости от двигательного режима и этапа реабилитации.
7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при хроническом гломерулонефрите в зависимости от двигательного режима и этапа реабилитации.

Занятие 5. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при расстройствах обмена веществ (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Краткие данные об этиологии, патогенезе, основных симптомах расстройств обмена веществ.
2. Заболевания эндокринных желез.
3. Сахарный диабет – понятие, типы, симптомы. Комплексное лечение.
4. Цель, задачи, методика ЛФК при сахарном диабете, противопоказания к занятиям ЛФК.
5. Ожирение – понятие, виды, степени, сущность алиментарного ожирения. Комплексное лечение ожирения.
6. Цель, задачи, методики ЛФК при ожирении.
7. Подагра – понятие, причины, симптомы.

8. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям.
9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при сахарном диабете.
10. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при разных степенях ожирения с учетом наличия других заболеваний.

Занятие 6. Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при гинекологических заболеваниях, в период беременности, в родах и послеродовом периоде (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Наиболее распространенные гинекологические заболевания, не требующие хирургического вмешательства. Методы лечения.
2. Цель, задачи, методики ЛФК при гинекологических заболеваниях, в пред- и послеоперационный период.
3. Противопоказания к занятиям ЛФК.
4. Физиологические изменения в организме женщины в период беременности.
5. Противопоказания к занятиям физическими упражнениями в период беременности.
6. Основные задачи занятий физическими упражнениями в различных триместрах беременности.
7. Послеродовой период.
8. Методика ЛФК послеродовом периоде.
9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при гинекологических заболеваниях, в пред- и послеоперационный период.
10. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в различных триместрах беременности.
11. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений послеродовом периоде.

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с заболеваниями внутренних органов» включает в себя:

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

VI. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/п	Контролируемые разделы / темы дисциплины	Код и наименование индикатора достижения	Результаты обучения	Оценочные средства	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	ПК-2.1	Знает: критерии оценки индивидуальной нуждаемости гражданина в реабилитационной помощи;	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 1, 2, 3, 10, 11
		ПК-2.2	Умеет: самостоятельно разрабатывать комплексы физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитацион	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 12-14

			ных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание		
		ПК-2.1	Владеет навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.	ПР-13 Творческое задание	Вопросы к зачету 15-18
2	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	ПК-2.1	Знает: способы мобилизации мотивационной сферы реабилитанта, позволяющие ему сделать выбор здорового образа жизни, социально приемлемого поведения	УО-3 Доклад, сообщение	Вопросы к зачету 3, 4, 20
		ПК-2.2	Умеет: самостоятельно разрабатывать комплексы физических упражнений и физических методов воздействия на организм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 21, 22

			человека в процессе реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание		
		ПК-2.1	Владеет навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	ПР-3 Эссе	Вопросы к зачету 6, 23
3	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при хронической патологии желудочно-кишечного тракта	ПК-2.1	знает основные направления развития науки; современные методы исследований физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитационных мероприятий	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 7, 24, 25
		ПК-2.2	Умеет: обобщать и	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 8, 26

			внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации		
		ПК-2.1	Владеет: навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	ПР-13 Творческое задание	Вопросы к зачету 9, 27
4	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при заболеваниях почек	ПК-2.1	знает основные направления развития науки; современные методы исследований	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 5

			физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитационных мероприятий		
		ПК-2.2	Умеет: обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 7,27
		ПК-2.1	Владеет навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их	ПР-1 Тест	Вопросы к зачету 10, 27

			психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний		
5	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при расстройствах обмена веществ	ПК-2.2	знает различные методы наблюдения за состоянием здоровья реабилитанта, изучения его жизненной ситуации, основные способы консультирования различных категорий реабилитантов;	УО-3 Доклад, сообщение	Вопросы к зачету 6, 30
		ПК-2.2	Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации у пациентов при расстройстве обмена веществ	УО-3 Доклад, презентация	Вопросы к зачету 8, 30

		ПК-2.2	Владеет: способами мониторинга результатов реабилитации после завершения реабилитационного случая; - нормами разработки методических документов по внедрению инновационных технологий и методов оказания реабилитационной помощи	УО-4 Круглый стол, дискуссия	Вопросы к зачету 8, 29
6	Физическая реабилитация и лечебная физическая культура при гинекологических заболеваниях, в период беременности, в родах и послеродовом периоде	ПК-2.2	Знает: различные методы наблюдения за состоянием здоровья реабилитанта, изучения его жизненной ситуации, основные способы консультирования различных категорий реабилитантов; - правила профессиональной этики и деонтологии	УО-4 Круглый стол, дискуссия	Вопросы к зачету 9, 31
		ПК-2.2	умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных	ПР-13 Творческое задание	Вопросы к зачету 10, 31

			функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации		
		ПК-2.2	Владеет методами оценки соответствия уровня позитивных (негативных) изменений в состоянии здоровья и/или жизненной ситуации реабилитанта и его ближайшего окружения, достигнутыми в ходе реализации индивидуального маршрута реабилитации результатами; - способами мониторинга результатов реабилитации после завершения реабилитационного случая; - нормами разработки методических документов по внедрению инновационных технологий и методов	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 8, 32

			оказания реабилитацион ной помощи		
--	--	--	-----------------------------------------	--	--

VII. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

(разбито на блок основной и дополнительной литературы, перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», Перечень информационных технологий и программного обеспечения)

1. Барчуков И. С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник / И. С. Барчуков. – Москва : КноРус, 2017. – 297 с.
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:823057&theme=FEFU>
2. Епифанов В.А., Апанасенко Г.Л. Лечебная физическая культура и врачебный контроль. – М.: Медицина, 2014. – 366 с.
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=Geotar:Geotar-ISBN9785970430842&theme=FEFU>
3. Еремушкин М. А. Основы реабилитации: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. А. Еремушкин. / Издание 6-е изд., стер.– Москва: Академия, 2015. – 206 с.
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813696&theme=FEFU>
4. Лечебная физическая культура: учебник для вузов / [С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др.]; под ред. С. Н. Попова. Издание 11-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 413 с.
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:785484&theme=FEFU>
5. Усанова А. А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины: учебное пособие для вузов / А. А. Усанова, О. И. Шепелева, Т. В. Горячева. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. – 254 с.
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:823585&theme=FEFU>
6. Физическая реабилитация: учебник для бакалавриата и магистратуры: в 2 т. т. 1 / [С. Н. Попов, О. В. Козырева, М. М. Малашенко и др.]; под ред. С. Н. Попова. / Издание 2-е изд., стер. – Москва: Академия, 2016. – 284 с.

<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813700&theme=FEFU>

7. Физическая реабилитация: учебник для бакалавриата и магистратуры: в 2 т. т. 2 / [С. Н. Попов, О. В. Козырева, М. М. Малашенко и др.]; под ред. С. Н. Попова. / Издание 2-е изд., стер. – Москва : Академия, 2016. – 304 с.

<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813700&theme=FEFU>

1. Частная патология: учебник / [С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др.]; под общ. ред. С. Н. Попова. – Издание 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Академия, 2014. – 265 с.

<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813708&theme=FEFU>

Дополнительная литература

1. Аничков Н.М., Денисенко А.Д., Зиновьев Е.В. Патология обмена веществ: учебное пособие. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 335 с.

http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59873

2. 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

3. 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

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

5. Васянина И. И. Адаптивная физическая культура для детей с низким уровнем двигательной подготовки и здоровья: учебно-методическое пособие / И. И. Васянина; [науч. ред. А. А. Дмитриев]; Дальневосточный государственный университет, Институт физической культуры и спорта. – Владивосток: Изд-во Дальневосточного университета, 2010. –151 с.

<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:290820&theme=FEFU>

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
7. 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
6. 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
7. Латышева, В.Я. Неврология и нейрохирургия [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Я. Латышева, Б.В. Дривотинов, М.В. Олизарович. — Электрон. дан. — Минск: "Вышэйшая школа", 2013. — 512 с. — http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=65466
8. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. — Электрон. дан. — М.: Спорт, 2015. — 620 с. — http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70027
9. Спортивная анатомия : учебное пособие / Ю. А. Красников, Л. Н. Кацук, Н. В. Козявина [и др.] ; Дальневосточный федеральный университет, Школа искусств, культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. — Владивосток: Изд-во Дальневосточного федерального университета, 2011. <http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:425939&theme=FEFU>

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети
«Интернет»**

1. Библиотека учебной и научной литературы - http://sbiblio.com/biblio/archive/frolov_soc/soc_frol16.aspx#top -
2. Информационная система "ЕДИНОЕ ОКНО доступа к образовательным ресурсам" - <http://window.edu.ru/>

3. Научная электронная библиотека eLIBRARY -
<http://elibrary.ru/defaultx.asp> ,
4. Патентные базы Федерального института промышленной собственности (ФИПС)
http://www1.fips.ru/wps/wcm/connect/content_ru/ru/inform_resources/;
5. Русскоязычные электронные ресурсы ДВФУ
<https://www.dvfu.ru/library/electronic-resources/russian-database.php>::;
6. ЭБС ДВФУ - <https://www.dvfu.ru/library/electronic-resources/> ,
7. Электронная библиотека "Консультант студента"
<http://www.studentlibrary.ru/>;
8. Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>;
9. Электронно-библиотечная система IPRbooks -
<http://www.iprbookshop.ru/> ,
10. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" -
<http://e.lanbook.com/>

Перечень информационных технологий и программного обеспечения

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующие информационные справочные системы:

1. ЭБС ДВФУ - <https://www.dvfu.ru/library/electronic-resources/> ,
2. Электронная библиотека диссертаций РГБ - <http://diss.rsl.ru/> ,
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY -
<http://elibrary.ru/defaultx.asp> ,
4. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" -
<http://e.lanbook.com/> ,
5. Электронная библиотека "Консультант студента" -
<http://www.studentlibrary.ru/> ,
6. Электронно-библиотечная система IPRbooks -
<http://www.iprbookshop.ru/> ,

7. Информационная система "ЕДИНОЕ ОКНО доступа к образовательным ресурсам" - <http://window.edu.ru/> ,
8. Доступ к Антиплагиату в интегрированной платформе электронного обучения Blackboard ДВФУ - <https://bb.dvfu.ru/> ,
9. Доступ к электронному заказу книг в библиотеке ДВФУ - <http://lib.dvfu.ru:8080/search/query?theme=FEFU> ,
10. Доступ к расписанию https://www.dvfu.ru/schools/school_of_arts_culture_and_sports/student/the-schedule-of-educational-process/;
11. Доступ к рассылке писем. <http://mail.dvfu.ru/>

VIII.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

В процессе изучения материалов учебного курса по дисциплине «Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с патологией внутренних органов» предлагаются практические занятия, консультации с преподавателем и самостоятельная работа студентов. Практические занятия призваны закрепить изученный материал, выработать у студентов навыки поиска и чтения научной литературы, анализа прочитанного, самостоятельного изложения прочитанного материала, постановки вопросов. Студент должен научиться кратко и доступно излагать прочитанное, запоминать материал.

Особо значимой для профессиональной подготовки студентов является самостоятельная работа по курсу. В ходе этой работы студенты отбирают необходимый материал по изучаемому вопросу и анализируют его. Самостоятельная работа с литературой включает в себя такие приемы как составление плана, тезисов, конспектов, аннотирование источников, написание рефератов.

В условиях самостоятельной работы над данным курсом, необходимо использовать современную периодическую литературу, профессиональные журналы по спортивной медицине, психологии, теории и методике МР-ДВФУ-844-2019

физической культуры. Кроме того, необходимо изучать специальную печатную продукцию и интернет ресурсы, соприкасающиеся со спортивной индустрией. Важным аспектом является ежедневное ознакомление с новостями спорта в различных СМИ, в том числе в специализированных газетах и журналах.

Студент должен самостоятельно отслеживать реальные проблемы спортивной медицины в сфере физической культуры и спорта и уметь их систематизировать по выбранному им критерию.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий, в соответствии с рабочей программой 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 профессиональных задач; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Результаты изучения специальной литературы и Интернет-ресурсов необходимо фиксировать, создав соответствующую базу данных для дальнейшего использования в научно-практической деятельности.

К экзамену допускаются студенты, выполнившие требования программы курса и не имеющие задолженностей по практической части курса. Успеваемость студентов проверяется по их теоретической и практической подготовленности в форме зачета, предусмотренного учебным планом. Текущий учет представляет собой систематическую проверку практических и самостоятельных работ, тестовых заданий и рефератов. Преподаватель может проставить зачет в рейтинговой системе, без опроса или собеседования тем студентам, которые согласны со своей оценкой, выставленной согласно рейтинговой системе.

Рекомендации по работе с литературой и использованию материалов учебно-методического комплекса

Рекомендуется использовать методические указания по курсу, текст лекций преподавателя. Однако теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекции и изучению конспекта, изучаются и книги. Легче освоить курс, придерживаясь одного учебника и конспекта. Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться состояния понимания изучаемой темы дисциплины. После изучения очередного параграфа, необходимо, выполнить несколько простых упражнений на данную тему из предложенных преподавателем или расположенным в электронном учебном курсе дисциплины, размещенном в BlackBoard.

Рекомендации по подготовке к зачету

Существуют общепринятые правила подготовки и сдачи студентами зачета. Готовиться к зачету необходимо в течение всего учебного времени, т.е. с первого дня очередного семестра: вся работа студента на лекциях,

практических занятиях 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 для зачета, очень важно добиться состояния понимания изучаемых тем дисциплины.

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

Рекомендации по работе с электронным учебным курсом, по выполнению тестов и назначений

В электронном учебном курсе дисциплины, расположенном в BlackBoard, студент имеет возможность выполнять задания преподавателя по изученным темам, с помощью решения тестов, выполнения назначений, заданий в разделе "Материалы практических работ".

Преподаватель имеет возможность настроить дату и длительность сдачи теста. Студент в назначенное время должен зайти в соответствующий раздел курса и выполнить тест, который будет сопровождаться таймером. Оценивание теста производится автоматически, с предоставлением результата теста в разделе "Центр оценок", доступном для студента.

Выполнение назначений (индивидуальных неформализованных заданий) студентами происходит после получения уведомлений о новом назначении. Выполнив назначение, студент загружает его в любом формате в BlackBoard и высылает на проверку преподавателю, который имеет возможность выставить оценки, которые автоматически попадают в "Центр оценок".

Характеристика заданий для самостоятельной работы обучающихся и методические рекомендации по их выполнению

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-балльной системе.

Виды заданий для самостоятельного выполнения

1. Проведение анализа передового опыта высокопродуктивной профессиональной деятельности в области адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и реабилитации лиц с патологией внутренних органов.
2. Подготовка презентаций и докладов с использованием мультимедийного оборудования.
3. Подготовка реферата и эссе.
4. Теоретические вопросы для самостоятельного изучения.
5. Выполнение тестов.

Работа с литературными источниками

В процессе подготовки к практическим занятиям (вопросы к ним даны в основном тексте программы), написанию реферата, сдаче экзамена или консультации с преподавателем, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с

дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем по каждой теме практического занятия, что позволяет студентам проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

Тематика докладов и рефератов

1. Применение тренажеров при проведении лечебной физической культуры у пациентов с заболеваниями внутренних органов.
2. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания с использованием средств физиотерапии.
3. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения с использованием средств физиотерапии.
4. Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы с использованием средств физиотерапии.
5. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов мочевого выделения с использованием средств физиотерапии.
6. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с заболеваниями органов дыхания.
7. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с заболеваниями органов пищеварения.
8. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.
9. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с заболеваниями органов мочевого выделения.
10. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с заболеваниями органов дыхания.

11. Использование средств физической культуры для коррекции состояния здоровья детей с различными заболеваниями.

12. Методики лечебной физической культуры в зависимости от особенностей различных заболеваний.

13. Самостоятельно выбранная тема.

Методические рекомендации для подготовки доклада

Доклад оформляется на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (размер 210 на 297 мм) в соответствии со следующими требованиями:

- интервал междустрочный – полуторный;
- шрифт – Times New Roman;
- размер шрифта - 14 пт;
- 3-3,5 страниц (все листы обязательно нумеруются и не скрепляются).

Доклад длится не более 5 мин.

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.

Целью написания реферата являются:

- развитие у студентов навыков поиска актуальных проблем физической культуры и спорта;
- 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 выведением 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.Заключение, 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 — 3см, 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.

Требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы

Общие требования к презентации:

- для доклада могут использоваться презентации, подготовленные в Microsoft Power Point 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.

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).

При подготовке к экзамену, студенты в короткий срок прорабатывает содержание изученного материала по своему конспекту и, при необходимости, по рекомендованным учебникам. На каждый вопрос обучающийся должен написать план ответа, кратко перечислить и запомнить основные факты и положения. На этапе подготовки к экзамену обучающийся систематизирует и интегрирует информацию, относящуюся к разным разделам изученного материала, лучше понимает взаимосвязь различных фактов и положений дисциплины, восполняет пробелы в своих знаниях.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с патологией внутренних органов»

1. Понятие о лечебной физической культуре (ЛФК). Средства, формы, методы ЛФК.
2. Понятие об общей и специальной дозированной тренировке. Механизмы действия физических упражнений.
3. Классификация физических упражнений.
4. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
5. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
6. Режимы двигательной активности в условиях стационара.
7. Формы ЛФК в условиях поликлиники и санатория. Плотность физической нагрузки в зависимости от этапа лечения.
8. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
9. Оценка воздействия и эффективности ЛФК в зависимости от заболевания.
10. Особенности организации занятий ЛФК при заболеваниях внутренних органов.
11. Атеросклероз. Понятие, распространенность, этиопатогенез, основные симптомы в зависимости от локализации процесса. Методы лечения. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям.
12. Ишемическая болезнь сердца (ИБС). Понятие, распространенность, этиопатогенез. Основные проявления ИБС. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от функционального класса стенокардии, противопоказания к занятиям.

13. Инфаркт миокарда. Понятие, распространенность, этиопатогенез, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от функционального класса тяжести, противопоказания к занятиям.
14. Стационарный этап лечения инфаркта миокарда. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от степени активности больного.
15. Санаторный этап лечения инфаркта миокарда. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от степени активности больного.
16. Диспансерно-поликлинический этап реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от функционального класса.
17. Гипертоническая болезнь. Понятие, этиопатогенез, степени гипертонической болезни. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от стадии болезни и этапов ее лечения. Противопоказания к занятиям ЛФК.
18. Гипотоническая болезнь. Понятие, симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК.
19. Нейроциркуляторная дистония (НЦД). Понятие, этиопатогенез, типы НЦД. Цель, задачи, методики НЦД в зависимости от типа НЦД.
20. Острая пневмония. Понятие, этиопатогенез, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от этапа лечения, противопоказания к занятиям ЛФК.
21. Хронические заболевания легких. Понятие. Цель, задачи, методики ЛФК при ХОБЛ, эмфиземе, противопоказания к занятиям ЛФК.
22. Бронхиальная астма. Понятие, этиопатогенез, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям.
23. Бронхоэктатическая болезнь. Понятие, основные симптомы. Цель, задачи ЛФК. Характеристика дренажных упражнений в зависимости от локализации процесса.
24. Цель, задачи, методика ЛФК при хроническом гастрите. Противопоказания к занятиям ЛФК.

25. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Понятие, этиопатогенез, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от стадии заболевания.
26. Дискинезия желчевыводящих путей. Понятие, типы, этиопатогенез, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от типа дискинезии.
27. Дискинезия кишечника. Понятие, типы, основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от типа дискинезии.
28. Мочекаменная болезнь. Понятие, этиопатогенез. Основные симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК.
29. Ожирение. Понятие, этиопатогенез, степени ожирения. Цель, задачи, методика ЛФК в зависимости от степени ожирения с учетом наличия других заболеваний.
30. Сахарный диабет. Понятие, этиопатогенез, симптомы. Цель, задачи, методика ЛФК, противопоказания к занятиям ЛФК.
31. Цель, задачи, методика ЛФК при гинекологических заболеваниях, противопоказания к занятиям.
32. Особенности занятий физическими упражнениями при беременности. Цель, задачи, методика занятий в различные trimestры беременности, противопоказания к занятиям.
33. Особенности занятий физическими упражнениями в послеродовом периоде. Цель, задачи, методика, противопоказания к занятиям.

IX. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия по дисциплине проводятся в помещениях, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением.

Перечень материально-технического и программного обеспечения дисциплины приведен в таблице.

Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Наименование специальных помещений и помещений	Оснащенность специальных помещений и	Перечень лицензионного программного обеспечения.
------------------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------------------

для самостоятельной работы	помещений для самостоятельной работы	Реквизиты подтверждающего документа
Лекционная аудитория Компьютерный класс	компьютер типа Lenovo C360G-i34164G500UDK; аудио-визуальные средства проектор Panasonic DLPProjectorPT-D2110XE; плазма LG FLATRON M4716CCBAM4716CJ	лицензионная программа Microsoft Office 2017
Жилые корпуса ДВФУ	Интернет - Wi-Fi.	

Х. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

(фонды оценочных средств включают в себя: перечень форм оценивания, применяемых на различных этапах формирования компетенций в ходе освоения дисциплины модуля, шкалу оценивания каждой формы, с описанием индикаторов достижения освоения дисциплины согласно заявленных компетенций, примеры заданий текущего и промежуточного контроля, заключение работодателя на ФОС (ОМ))

Текущая аттестация студентов по дисциплине «Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с заболеваниями внутренних органов» 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 «Физическая реабилитация и адаптивная физическая культура для пациентов с заболеваниями внутренних органов»

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции		критерии	показатели	баллы
ПК-2 Способен к восстановительно-реабилитационной деятельности в тренировочном процессе в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	знает (пороговый уровень)	основы теории и технологии, используемые при формировании психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	Знание определений основных понятий предметной области	способность дать определения основных понятий предметной области	45-64
		знание основных понятий по методам формирования психических и физических качеств занимающихся; знание технологий формирования психических и физических качеств занимающихся; определение средств и методов адаптивной физической культуры используемых для формирования психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза	- способность перечислить и раскрыть суть методов формирования психических и физических качеств занимающихся, которые изучил и освоил магистрант; -способность самостоятельно сформулировать определения технологий формирования психических и физических качеств занимающихся; - способность обосновать целесообразность, применяемых технологий формирования психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза; -способность перечислить источники информации		
	умеет (продвинутой)	Умеет использовать технологий формирования психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их	Умение применять известные технологии формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и	- способность работать с данными, других авторов для исследования; - способность обосновать и применить технологии формированию психических и физических качеств занимающихся, с	65-84

		психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	патогенеза заболеваний; умение применять нестандартные решения поставленных задач	учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний; - способность применять методики, и техники для нестандартного решения поставленных задач	
	владеет (высокий)	Владеет созданием программ по формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	Владение терминологией предметной области знаний, владение способностью сформулировать задание по созданию программ формирования психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний, чёткое понимание требований, предъявляемых к содержанию и последовательности реализации программ, владение инструментами представления результатов формирования психических и физических качеств человека	- способность бегло и точно применять терминологический аппарат предметной области исследования в устных ответах на вопросы и в письменных работах, - способность сформулировать задание по созданию программ формирования психических и физических качеств человека, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний; - способность самостоятельно реализовать программу формирования психических и физических качеств и представлять результаты на обсуждение на круглых столах, семинарах, научных конференциях.	85-100

Промежуточная аттестация студентов

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и используются оценочные средства, соответствующие Положению о фондах оценочных средств образовательных программ высшего образования – программ бакалавриата,

специалитета, магистратуры ДВФУ, утвержденному приказом ректора от 12.05.2015 №12-13-850. По вышеуказанной дисциплине предусмотрена промежуточная аттестация в виде зачета и экзамена. Экзамен предусмотрен по дисциплине в устной форме, с использованием устного опроса в форме ответов на вопросы экзаменационных билетов.

Методические указания по составлению конспекта занятий ЛГ.

Конспект – это наиболее совершенная форма записей. Это слово произошло от лат (conspectus), что означает обзор, изложение. В конспекте, составленном по правилам, сосредоточено самое главное, основное в изучаемой теме, разделе или произведении. В нем сосредоточено внимание на самом существенном, в кратких обобщенных формулировках приведены важнейшие теоретические положения. Конспектирование способствует глубокому пониманию и прочному усвоению изучаемого материала; помогает выработке умений и навыков правильного, грамотного изложения в письменной форме теоретических и практических вопросов; формирует умения ясно излагать чужие мысли своими словами.

Оформление конспекта. При составлении примерного комплекса занятий лечебной гимнастикой необходимо знать диагноз заболевания, двигательный режим. Кроме этого требуется указать: фамилию и имя автора. Оценить адекватность применяемых физических нагрузок в комплексе ЛГ. Определить и обосновать показания и противопоказания к ЛФК при конкретном заболевании, двигательном режиме, с учетом физической подготовленности, пола и возраста. Выбрать средства, формы и дозировку физической нагрузки. На основании вышеизложенного подобрать в справочной литературе и составить комплекс упражнений ЛГ для больного при заболевании.

Представлять конспект рекомендуется в виде таблицы.

Пример оформления конспекта.

Иванов И.И

Пациент м 12 лет, двигательный режим свободный. Диагноз:
нарушение осанки.

Форма ЛГ: занятие групповое

Части занятия ЛГ	Упражнения	Методические указания
Вводная часть	<p>1. Построение в одну шеренгу по росту.</p> <p>2. Ходьба колонной по одному, обычная в среднем темпе 30 с, на носках - 30 с, с высоким подниманием бедра - 30 с и обычная - 30 с.</p>	Дыхание свободное, вдох на 3 шага, выдох на 4-5 шагов.
Основная часть	<p>1. Перестроение на месте в 2 шеренги.</p> <p>2. ИП - стоя, пятки вместе, носки в стороны, руки опущены (основная стойка). Руки поднять через перед вверх, правая нога отведена назад на носок - вдох. Вернуться в ИП - выдох. То же в сочетании с движениями левой ногой. Повторить 3-4 раза.</p> <p>3. ИП - то же. Выпад правой ногой в правую сторону с разведением рук в стороны, ладонями вверх. Вернуться в ИП. Дыхание свободное. То же левой ногой в левую сторону. Повторить 5-4 раз. Темп медленный.</p> <p>10. ИП - стоя, ноги на ширине плеч. Наклоны в стороны строго во фронтальной плоскости, руки скользят вдоль туловища и ног («насос»). При наклоне вправо - вдох,</p>	Подсчет пульса надо проводить перед занятием и сразу после него, через, 5, 10, 14 и 17 упражнений.

	<p>при наклоне влево - выдох. Повторить 4-5 раз.</p> <p>11. ИП - стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Медленные круговые вращения головой по 5-6 раз вправо и влево. Дыхание свободное.</p> <p>12. ИП - лежа на спине с высоким изголовьем, ноги прямые, левая рука на груди, правая на животе, Все мышцы расслаблены. Обучение полному дыханию. Продолжительный 3-5 с выдох через рот при сжатых губах, одновременно надо «втянуть живот. Затем вдох 1,5-2 с, во время вдоха мышцы передней брюшной стенки должны быть расслаблены и живот выпячивается. Повторить 3-4 раза.</p> <p>13.ИП - то же. Руки в стороны, ладонями вверх вдох. Обнять себя, сдавливая руками грудь -выдох. Повторить - 3-4 раза.</p> <p>14. ИП - то же. Согнуть ноги в коленях и поставить стопы как можно ближе к ягодицам. Опираясь на локти и стопы, поднять таз («полумост») - вдох. Вернуться в ИП - выдох. Повторить 5-4 раза.</p> <p>15. ИП - то же. Одновременное сгибание и разгибание в локтевых суставах и суставах кисти. Дыхание свободное. Повторить 7-8 раз.</p> <p>16. ИП - то же. Имитация езды на велосипеде – 10-20 с. Дыхание</p>	
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	<p>свободное.</p> <p>17. ИП - то же. Отдых 1-2 мин. Дыхание свободное, мышцы расслаблены.</p> <p>18. ИП - то же. Сесть с помощью рук - выдох. Держать туловище прямо, не наклоняться. Вернуться в ИП - вдох. Повторить 6-8 раз.</p> <p>19. ИП - то же. Одновременно развести в стороны руки и ноги. Вдох. Вернуться в ИП - выдох. Повторить 3-4 раза.</p> <p>20.ИП - основная стойка (ОС). Выполнение степ-теста в течение 3-4 мин. Дыхание свободное.</p> <p>21.Ходьба обычная, в медленном темпе 1 мин.</p> <p>22. ИП - ОС. Подбрасывание вверх и ловля волейбольного мяча в течение 1 мин. Дыхание не задерживать.</p> <p>23. ИП - стоя к партнеру спиной на расстоянии 1 шага, ноги на ширине плеч. Передача партнеру в медленном темпе в течение 30 - 40 с волейбольного мяча с поворотом туловища в разные стороны поочередно и такой же прием мяча от партнера. Дыхание свободное.</p> <p>23. ИП - стоя лицом к гимнастической стенке на расстоянии 1 шага, держась руками за рейку на уровне груди. Присесть - выдох. Встать - вдох. Повторить 5-6 раз.</p> <p>23. ИП - то же. Отжимание. Дыхание</p>	
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	<p>свободное. Повторить 4-5 раз.</p> <p>23. ИП - стоя правым боком к гимнастической стенке с опорой предплечьем на руку. Махи левой ногой - вперед, назад. Повторить 6-8 раз. Дыхание свободное. Повернуться к стенке левым боком и выполнить махи правой ногой.</p> <p>23. ИП - стоя спиной к гимнастической стенке. Держась руками за рейку на уровне ягодиц, наклониться вперед, вниз до прямого угла - выдох. Вернуться в ИП - вдох. Повторить 3-4 раза.</p>	
Заключительная часть	<p>23. Ходьба в медленном темпе с движениями рук-1-1,5 мин.</p> <p>24. Отдых 3-5 мин.</p>	<p>Подсчет пульса надо проводить через 3 мин после окончания занятий. На основании полученных данных можно построить кривую физиологической нагрузки на занятиях лечебной гимнастикой.</p>

Задание на составление конспекта:

Составить конспект занятия лечебной гимнастикой (ЛГ) при различных заболеваниях:

1. Хронический гастрит с пониженной/повышенной секреторной функцией стадия обострения/стихающего обострения/ремиссии.

2. Язвенная болезнь желудка/12-перстной кишки стадия обострения/стихающего обострения/ремиссии.
3. Дискинезии толстой кишки по гипоморному/гипермоторному типу.
4. Дискинезии желчевыводящих путей по гипоморному/гипермоторному типу.
5. Сахарный диабет легкой, средней, тяжелой степени.
6. Ожирение легкой, средней, тяжелой степени.
7. Подагра легкой, средней, тяжелой степени.
8. Мочекаменная болезнь стадия обострения/стихающего обострения/ремиссии.
9. Хронический пиелонефрит стадия обострения/стихающего обострения/ремиссии.
10. Хронический гломерулонефрит стадия обострения/стихающего обострения/ремиссии
11. Сердечно-сосудистая недостаточность I/ IIА / IIБ/ III степени.
12. Стенокардия. ЛГ на различных двигательных режимах при стенокардии.
13. Инфаркт миокарда. ЛГ на различных двигательных режимах при стенокардии.
14. ЛГ на I этапе реабилитации больных с инфарктом миокарда в зависимости от двигательного режима.
15. Инфаркт миокарда. ЛГ на I и II этапах реабилитации больных.
16. Гипертоническая болезнь. ЛГ на различных двигательных режимах.
17. Бронхит острый и хронический. ЛГ на различных двигательных режимах.
18. Пневмония. ЛГ на различных двигательных режимах.
19. Плеврит. ЛГ на различных двигательных режимах.
20. Эмфизема. ЛГ на различных двигательных режимах.

21. Бронхиальная астма. ЛГ на различных двигательных режимах.

Критерии оценки конспекта ЛГ

Оценка «зачтено» по конспекту ставится при выполнении критериев:

1. Включенные в комплекс общеразвивающие, статико-динамические дыхательные и специальные упражнения позволяют достичь цели и решить задачи ЛФК;

2. Выполнены условия клинико-физиологического обоснования назначения ЛФК

при заболевании;

3. Тип реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку при выполнении данного комплекса ЛГ адекватен.

Показателями адекватной реакции на нагрузку при ЛФК являются:

1. учащение пульса на высоте нагрузки не более чем на 20 ударов,

2. дыхания не более чем на 6-9 в 1 минуту,

3. увеличение систолического давления на 20 - 40 мм рт. ст.,

4. увеличение диастолического на 10-12 мм рт. ст. (по сравнению с исходными данными).

5. Или урежение пульса на 10 ударов в 1 минуту, снижение АД на 10 мм рт. ст.

Оценка «не зачтено» по конспекту ставится при невыполнении одного из данных критериев.

ТЕСТ-КАРТА ПО КУРСУ

ТЕСТ №1

1. В норме центр тяжести человека располагается:

1. в области головы

2. в области груди

3. в области живота

4. в области таза

5. в области стоп

2. Функции позвоночника:

1. рессорная
2. опорная
3. моторная
4. защитная
5. все верно

3. Медицинская реабилитация - это:

1. восстановление здоровья
2. восстановление трудоспособности
3. восстановление прав
4. улучшение тонуса мышц
5. улучшение АД

4. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц живота:

1. стоя
2. сидя
3. лежа на спине
4. лежа на животе
5. с предметами

5. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц спины:

1. сидя
2. стоя
3. лежа на спине
4. лежа на животе
5. на четвереньках

6. Упражнения, в основе которых лежат безусловные двигательные реакции называют:

1. рефлекторными
2. идеомоторными
3. изометрическими
4. пассивными
5. на расслабление

7. Упражнения, выполняемые мысленно называются:

1. идеомоторными
2. изометрическими
3. рефлекторными
4. пассивными
5. симметричными

8. Действие корригирующих упражнений:

1. устраняют деформацию опорно-двигательного аппарата
2. укрепляют мышечный корсет
3. увеличивают объем движений
4. улучшает отхождение мокроты
5. улучшает настроение

9. Метание относится к упражнениям:

1. гимнастическим
2. спортивно-прикладным
3. игровым
4. корригирующим
5. дыхательным

10. "Ближний туризм" является:

1. средством ЛФК
2. формой ЛФК
3. методом ЛФК
4. основным упражнением
5. основным двигательным режимом

11. Укажите симптомы, относящиеся к внешним признакам утомления:

1. потливость
2. подъем АД
3. изменение координации движения
4. замедленность движений
5. потливость, изменение координации движения, замедленность движений

12. Нагрузка инструктора ЛФК в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:

1. 50 ед./день
2. 10 ед./день
3. 20 ед./день
4. 30 ед./день
5. 33 ед./день

13. Нагрузка массажиста в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:

1. 30 ед./день
2. 40 ед./день
3. 10 ед./день
4. 25 ед./день
5. 36 ед./день

14. Пассивными называют упражнения:

1. выполняемые с незначительным усилием

2. с помощью инструктора
3. мысленные или усилием воли
4. на велотренажере
5. с предметами

15. К дыхательным упражнениям относятся:

1. корригирующие
2. деторсионные
3. симметричные
4. звуковые
5. идеомоторные

16. Патогенетические упражнения для больных с бронхиальной астмой являются:

1. дыхательные упражнения, удлиняющие выдох
2. дыхательные упражнения, усиливающие вдох
3. звуковые дыхательные упражнения
4. дренажные упражнения
5. статические дыхательные упражнения

17. Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных упражнений используются:

1. идеомоторные упражнения
2. дыхательные упражнения
3. корригирующие упражнения
4. динамические упражнения
5. упражнения с сопротивлением

18. К средствам ЛФК относятся:

1. бег

2. занятия спортом
3. плавание
4. физические упражнения и массаж
5. сеансы релаксации

19. К упражнениям для мелких мышечных групп относятся:

1. упражнения для мышц туловища
2. упражнения для плечевого пояса
3. дыхательные упражнения
4. упражнения для мышц кисти и стопы
5. упражнения для брюшного пресса

20. Процедура лечебной гимнастики имеет следующие разделы:

1. щадящие
2. вводный основной
3. вводный заключительный
4. подготовительный
5. вводный, основной, заключительный

21. Различают следующие этапы реабилитации:

1. госпитальный санаторный
2. постельный санаторный
3. поликлинический, госпитальный
4. госпитальный, поликлинический, санаторно-курортный
5. постельный, полупостельный, амбулаторный

22. Звуковые упражнения оказывают:

1. дренажное действие
2. корригирующее действие
3. расслабляющее действие

4. стимулирующее действие
5. рефлекторное действие

23. Физические упражнения оказывают:

1. расслабляющее действие
2. стимулирующее действие
3. дренажное действие
4. корректирующее действие
5. все верно

24. К госпитальному этапу реабилитации относятся:

1. щадящий режим
2. щадяще-тренирующий режим
3. амбулаторный режим
4. строгий постельный режим
5. подготовительный режим

25. При спастических запорах используются упражнения:

1. на укрепление мышц брюшного пресса
2. на укрепление мышц спины
3. расслабляющие
4. с использованием разгрузочных исходных положений
5. с отягощением

26. При занятиях ЛФК при дискинезии желче-выводящих путей оптимальным является исходное положение:

1. лежа на левом боку
2. стоя
3. сидя
4. лежа на спине

5. лежа с приподнятым головным концом

27. Лечение положением используется:

1. при инфаркте
2. при инсульте
3. при бронхиальной астме
4. при переломе луча в типичном месте
5. при острой пневмонии

28. Корректирующие упражнения используются:

1. для симметричного укрепления мышц
2. для расслабления мышц
3. для улучшения отхождения мокроты
4. для улучшения настроения
5. для увеличения амплитуды движения

29. Дыхательные упражнения являются общеукрепляющими:

1. для больных с бронхиальной астмой
2. для больных с острой пневмонией
3. для больных с переломом луча в типичном месте
4. для больных с острым бронхитом
5. для больных с ОРЗ

30. Ходьба закрытыми глазами является упражнением:

1. на равновесие и координацию
2. корректирующим
3. дренажным
4. изометрическим
5. идеомоторным

31. Действие маховых упражнений способствует:

1. устранению болевого синдрома
2. улучшению настроения
3. улучшению откашливания мокроты
4. расслаблению мышц и увеличению объема движений
5. повышению АД

32. Динамические упражнения по степени активности делятся на:

1. статические и динамические
2. диафрагмальные и дренажные
3. идеомоторные и симметричные
4. гимнастические и спортивные
5. активные и пассивные

33. Укажите средства, применяемые в ЛФК с использованием факторов природы:

1. лечебные ванны
2. воздушные ванны
3. антропометрия
4. динамометрия
5. гониометрия

34. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:

1. уровень АД
2. ЧСС
3. частота дыхания
4. вес, рост
5. температура тела

35. *Оптимальная моторная плотность при занятиях лечебной физкультурой:*

1. 10%
2. 20%
3. 95%
4. 50%
5. 100%

36. *Медленный темп упражнений при занятиях лечебной физкультурой рекомендуется:*

1. при гипертонической болезни
2. при гипотонической болезни
3. при атоническом колите
4. при калькулезном холецистите
5. при дискинезии желчевыводящих путей по гипомоторному типу

37. *Занятия лечебной физкультурой противопоказаны:*

1. при инфаркте миокарда
2. при гипертонической болезни
3. в бессознательном состоянии
4. при инсульте
5. при неврите лицевого нерва

38. *Специальные упражнения, применяемые для увеличения мышечного тонуса, являются:*

1. упражнения с отягощением
2. упражнения на координацию
3. идеомоторные упражнения
4. упражнения на расслабление
5. дыхательные упражнения

39. Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:

1. профилактика пневмонии
2. предупреждение образования спаек
3. улучшение настроения
4. увеличение ЧСС
5. увеличение ЖЕЛ

40. Лечебная гимнастика при пневмонии противопоказана:

1. при наличии одышки
2. при ЧСС более 130 уд./мин.
3. при температуре 37,5
4. при слабости
5. при головной боли

41. При заболевании желудочно-кишечного тракта оптимальным дыхательным упражнением является:

1. динамические
2. звуковые
3. дренажные
4. диафрагмальные
5. с предметами

42. При грыже пищеводного отверстия диафрагмы противопоказаны:

1. прыжки
2. наклоны туловища вперед
3. приседания
4. повороты туловища на бок
5. повороты головы

43. При спланхноптозе противопоказаны:

1. прыжки и подскоки
2. наклоны
3. приседания
4. повороты туловища
5. повороты головы

44. Лечебная гимнастика противопоказана:

1. при плохом настроении
2. при кровотечении
3. при нарушении сна
4. при запорах
5. при бронхиальной астме

45. Специальными упражнениями при острой пневмонии являются:

1. корригирующие
2. симметричные
3. рефлекторные
4. дыхательные
5. изометрические

Тест №2

1. Какова норма времени для инструктора ЛФК на обследование одного больного?

1. 10 минут
2. 20 минут
3. 30 минут
4. 12 минут
5. 15 минут

2. Какова норма площади на 1 занимающегося больного в ЛФК?

1. 2 кв.м
2. 4 кв.м
3. 8 кв.м
4. 3 кв.м
5. 5 кв.м

3. Какова характерная особенность метода ЛФК?

1. использование лечебного массажа
2. использование специальных исходных положений
3. использование физических упражнений
4. использование иглорефлексотерапия
5. использование физиотерапевтического лечения

4. Какие функциональные тесты используются в ЛФК?

1. антропометрия
2. гониометрия
3. соматоскопия
4. спирография
5. плантография

5. Каковы средства ЛФК?

1. физические упражнения
2. подвижные игры
3. закаливающие процедуры
4. занятия на тренажере
5. лечебное плавание

6. Каков механизм лечебного действия физических упражнений?

1. физические упражнения формируют специальные мышечные рефлексы
2. физические упражнения повышают мышечный тонус
3. физические упражнения оказывают универсальное действие
4. психологический
5. расслабляющий

7. Что относится к формам ЛФК?

1. занятие дыхательной гимнастикой
2. контрастное закаливание
3. механотерапия
4. массаж
5. мануальная терапия

8. Какие упражнения малой интенсивности?

1. динамические дыхательные упражнения
2. активные упражнения в дистальных отделах конечностей
3. упражнения на велотренажере
4. идиомоторные упражнения
5. упражнения с гантелями

9. Какой двигательный режим относится к стационарному периоду лечения?

1. свободный режим
2. шадающий режим
3. тренирующий режим
4. постельный режим
5. шадающе-тренирующий режим

10. Что является единицей нормирования работы по ЛФК?

1. процедура лечебной гимнастики
2. процедурная единица
3. время теста с физической нагрузкой
4. количество пациентов
5. количество групп ЛФК в смену

11. Какие методы определения эффективности занятия ЛФК применяют?

1. изменение частоты пульса
2. антропометрия
3. тесты со стандартной физической нагрузкой
4. ортостатическая проба
5. хорошее настроение

12. Какие моменты включает функциональная проба Мартинэ?

1. бег на месте в течение 3-х минут
2. 20 приседаний за 30 секунд с выбросом рук вперед
3. физическая нагрузка на велотренажере
4. задержка дыхания
5. измерение артериального давления

13. Какие функциональные тесты относятся к специальным?

1. субмаксимальный нагрузочный тест PWC 150-170
2. ортостатическая и клиноортостатическая пробы

3. подсчет пульса и изменение АД в динамике
4. холодовая проба
5. проба Мартинэ

14. С какого дня заболевания назначают специальный комплекс лечебной гимнастики при трансмуральном инфаркте миокарда?

1. через сутки
2. через неделю
3. индивидуально
4. перед выпиской
5. в конце месяца

15. Каково противопоказание для перевода больного инфарктом миокарда на следующую ступень физической активности?

1. отрицательная динамика ЭКГ
2. положительная динамика ЭКГ
3. отсутствие осложнений заболевания
4. плохое настроение
5. лишний вес

16. Комплекс лечебной гимнастики N1 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

1. физические упражнения в дистальных отделах конечностей
2. движения в конечностях в полном объеме
3. физические упражнения на натуживание
4. трудотерапия
5. упражнения с отягощением

17. Комплекс лечебной гимнастики N2 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

1. физические упражнения в смене исходных положений лежа-сидя-лежа
2. физические упражнения с гимнастическими предметами в исходном положении стоя
3. дозированная ходьба
4. только исходное положение лежа
5. исходное положение на снарядах

18. Комплекс лечебной гимнастики N3 при инфаркте миокарда включает следующее:

1. физические упражнения на дистальные отделы конечностей
2. дозированная ходьба по коридору стационара
3. занятия на тренажерах
4. движения в конечностях
5. симметричные упражнения

19. Комплекс лечебной гимнастики N4 при инфаркте миокарда включает следующее:

1. маховые упражнения
2. упражнения с отягощением
3. дренажные дыхательные упражнения
4. упражнения с сопротивлением
5. упражнения на мелкие группы мышц

20. Какой основной вид физической нагрузки применяют на санаторном этапе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда?

1. подвижные игры
2. силовые упражнения
3. дозированная тренировочная ходьба
4. трудотерапия
5. занятия на велотренажере

21. Что является противопоказанием к назначению разных форм ЛФК при гипертонической болезни?

1. гипертонический криз
2. единичные экстрасистолы
3. АД 180/100 мм.рт.ст.
4. АД 105/75 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

22. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

1. упражнения со статическим и динамическим усилием
2. дыхательные упражнения статического и динамического характера
3. упражнения на дистальные отделы конечностей
4. упражнения на расслабление
5. упражнения с предметом

23. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

1. кашель с мокротой
2. субфебрильная температура
3. тахикардия (пульс свыше 100 уд. в мин.)
4. потливость
5. плохой сон

24. Задачи ЛФК на постельном режиме при острой пневмонии:

1. профилактика ателектазов
2. рассасывание экссудата
3. уменьшение дыхательной недостаточности
4. уменьшение кашля
5. нормализация ЧСС

25. Какие физические упражнения являются специальными на свободном режиме при острой пневмонии?

1. упражнения в расслаблении
2. динамические дыхательные упражнения
3. статические дыхательные упражнения
4. идеомоторные упражнения
5. симметричные упражнения

26. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

1. исходное положение лежа на животе
2. исходное положение сидя, положив руки на стол
3. исходное положение основная стойка
4. исходное положение на боку
5. исходное положение на четвереньках

27. Какие дыхательные упражнения способствуют растяжению спаек при экссудативном плеврите?

1. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на больной стороне
2. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на здоровой стороне
3. звуковая дыхательная гимнастика
4. изометрические упражнения
5. упражнения на расслабление

28. Какие противопоказания к назначению ЛФК при ХНЗЛ по тренирующему режиму?

1. одышка при ходьбе в медленном и среднем темпе

2. одышка при подъеме на лестницу в среднем и ускоренном темпе
3. одышка при выполнении физических упражнений с гимнастическими предметами в среднем темпе
4. увеличение АД до 130/80 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

29. Какие специальные упражнения при спланхноптозе?

1. подскоки, прыжки
2. физические упражнения для тазового дна
3. физические упражнения с отягощением
4. упражнения с отягощением
5. упражнения на расслабление

30. Какой курс лечения при спланхноптозе?

1. 10 дней
2. 1 месяц
3. год и более
4. 2 месяца
5. 5 месяцев

31. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?

1. "дегтярный" стул
2. наличие "ниши" на рентгенограмме
3. Боли, зависящие от приема пищи
4. плохой аппетит
5. запоры

32. Каковы особенности методики ЛФК при спастических запорах?

1. необходимость частой смены исходных положений

2. необходимость выбора разгрузочных исходных положений
3. необходимость статических мышечных напряжений
4. занятия на снарядах
5. только индивидуальные занятия

33. Какие особенности методики ЛФК при атонических запорах?

1. упражнения в расслаблении
2. упражнения с ограниченной амплитудой движений
3. акцент на упражнения для мышц живота
4. продолжительность занятия 10 минут
5. упражнение на растягивание

34. Что способствуют лучшему опорожнению желчного пузыря?

1. статические дыхательные упражнения
2. динамические дыхательные упражнения
3. диафрагмальное дыхание
4. упражнения на расслабление
5. исходное положение сидя

35. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при ожирении?

1. наличие одышки при физической нагрузке
2. обострение сопровождающего калькулезного холецистита
3. алиментарное ожирение III степени
4. вес 95 кг
5. ЧСС 90 уд./мин.

36. Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?

1. назначение общего массажа
2. применение механотерапии

3. общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной

4. занятия на тренажерах

5. контроль веса

37. Каковы основные пути борьбы с ожирением?

1. баня с интенсивным общим массажем

2. физическая активность и рациональная диета

3. длительные курсы голодания

4. занятия "бегом"

5. посещение тренажерного зала

38. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при сахарном диабете?

1. жажда и полиурия

2. чувство слабости

3. наличие в моче ацетона

4. сахар крови более 5,5 г/л

5. сопутствующее ожирение

39. Какие противопоказания к назначению ЛФК при беременности?

1. беременность 6-12 недель

2. привычные выкидыши в анамнезе

3. беременность 36-38 недель

4. беременность 12-16 недель

5. беременность 20 недель

40. Какие физические упражнения входят в предродовую гимнастику?

1. ходьба с динамическими дыхательными упражнениями

2. простые физические упражнения для конечностей из исходного положения лежа на животе

3. приседания и подскоки в пределах состояния беременной
4. кувырки
5. подтягивания

41. Какие задачи ЛФК при хронических воспалительных заболеваниях женских половых органов?

1. восстановление детородной функции
2. нормализация гормональной функции
3. ликвидация остаточных явлений воспалительного процесса в малом тазу
4. улучшение фигуры
5. нормализация веса

42. Какие исходные положения должны быть при ретрофлексии матки?

1. коленно-локтевое
2. на правом боку
3. на спине
4. на стуле
5. на животе

43. Какие моменты следует исключить в занятиях специальной лечебной гимнастикой при недержании мочи у женщин?

1. дозированные статические напряжения мышц
2. наклоны вперед
3. исходное положение коленно-локтевое
4. изометрические упражнения
5. упражнения с предметами

Критерии оценки теста

Критерием оценки является уровень освоения студентом материала, предусмотренного программой дисциплины, что выражается количеством правильно выполненных заданий теста, выраженное в %, согласно следующей шкале: Процент результативности (правильности ответов), %	Количество баллов	Оценка
90 – 100	5	отлично
80 – 89	4	хорошо
79 – 61	3	удовлетворительно
60 и менее	-	неудовлетворительно

