



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**  
(ДФУ)  
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 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с**  
**заболеваниями нервной системы**  
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 86 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 физической культуры и спорта О.В. Шакирова  
Составитель: к.м.н., доцент Козявина Н.В.

Владивосток  
2021

### **Оборотная сторона титульного листа РПУД**

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:** освоение студентами теоретических основ дисциплины, приобретение практических навыков проведения занятий лечебной физической культуры с людьми, страдающими различными заболеваниями периферической центральной нервной системы.

**Задачи:**

Учебный материал предусматривает изучение:

- структуры и организации реабилитационного процесса в условиях специализированной реабилитационной службы;
- клинических симптомов при заболеваниях и повреждениях периферической и центральной нервной системы;
- механизмов лечебного воздействия физических упражнений при патологии нервной системы;
- показаний и противопоказаний к занятиям лечебной физической культурой;
- режимов двигательной активности.

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

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 процессе в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	ПК – 2.1 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивной физической 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)
<p>ПК – 2.1 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивной физической культуре</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критерии оценки индивидуальной нуждаемости гражданина в реабилитационной помощи;</li> <li>- способы мобилизации мотивационной сферы реабилитанта, позволяющие ему сделать выбор здорового образа жизни, социально приемлемого поведения</li> </ul>
	<p>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</p>
	<p>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</p>
<p>ПК – 2.2 Осуществляет восстановительно-реабилитационную деятельность в тренировочном процессе в адаптивном спорте</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различные методы наблюдения за состоянием здоровья реабилитанта, изучения его жизненной ситуации, основные способы консультирования различных категорий реабилитантов;</li> <li>- правила профессиональной этики и деонтологии</li> </ul>
	<p>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</p>
	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> </ul>

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
	- 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 3 зачётных единицы / 108 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	Семестр	Количество часов по видам учебных занятий и работы обучающегося					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лек	Лаб	Пр	ОК	СР	
1	Основные положения реабилитации неврологических больных. Структура и организация реабилитационного процесса в условиях специализированной реабилитационной службы. Основные формы восстановительного	3	2	0	0		5	УО-1 (Собеседование)

	лечения неврологических больных								
2	Лечебная физическая культура и физическая реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения. Оценка эффективности реабилитационного лечения	3	2	0	0		6		ПР-1 (Тест)
3	Адаптивная физическая культура и реабилитация при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы	3	0	0	4		15		УО-3 (Доклад с презентацией)
4	Адаптивная физическая культура и реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения	3	0	0	4		15		УО-1 (Собеседование)
5	Адаптивная физическая культура и реабилитация при травматической болезни спинного мозга	3	0	0	4		15		ПР-4 (Реферат)
6	Особенности физической реабилитации и адаптивной физической культуры при повреждениях шейного отдела позвоночника	3	0	0	2		15		УО-3 (Сообщение)
7	Адаптивная физическая культура и реабилитация детей с детским церебральным параличом (ДЦП)	3	0	0	4		15		УО-4 (Дискуссия) УО-3 (Доклад с презентацией)
	Итого:		4	0	18		86	0	зачет

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

**Тема 1. Основные положения реабилитации неврологических больных. Структура и организация реабилитационного процесса в условиях специализированной реабилитационной службы. Основные формы восстановительного лечения неврологических больных (2 часа)**

Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Теоретико-методологические основы реабилитации неврологической реабилитации больных. Этапы и уровни психологической

реабилитации больных с последствиями травм и заболеваний нервной системы. Организация восстановительного лечения неврологических больных в условиях реабилитационного центра. Принципы составления реабилитационных программ. Основные неврологические синдромы, требующие реабилитационного лечения. Психологические особенности больных с заболеваниями и травмами нервной системы. Лекарственная терапия. Роль лечебной физической культуры в восстановительном лечении неврологических больных. Основы физиотерапии в неврологической практике. Механотерапия, трудотерапия. Психотерапия в реабилитации неврологических больных.

## **Тема 2. Лечебная физическая культура и физическая реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения. Оценка эффективности реабилитационного лечения (2 часа)**

Понятие об инсультах. Механизмы возникновения ишемических и геморрагических инсультов. Основные клинические проявления последствий инсульта. Периоды клинического течения инсульта. Механизм воздействия физических упражнений при инсульте. Задачи и методика ЛФК на различных этапах восстановительного лечения после инсульта. Оценка эффективности восстановительного лечения после инсульта. Шкалы и уровни нарушенных функций. Показатель Бартеля. Классификация социально-бытовой и трудовой реабилитации. Динамика показателей восстановительного лечения. Факторы, оказывающие влияние на восстановление больных после инсульта.

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

### **Занятие 1. Адаптивная физическая культура и реабилитация при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы (4 часа)**

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о невритах, этиология и основные клинические симптомы при невритах лицевого нерва.

2. Основные клинические симптомы при неврите локтевого нерва, плечевого сплетения
3. Основные клинические симптомы при неврите большеберцового и малоберцового нервов.
4. Задачи комплексного восстановительного лечения периферических параличей и характеристика его периодов.
5. Методика реабилитации и лечебной гимнастики при неврите лицевого нерва. Особенности звуковой гимнастики.
6. Методика реабилитации и ЛФК при плексите.
7. Методика реабилитации и ЛФК при неврите локтевого, бедренного нервов.
8. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при неврите лицевого нерва в раннем, основном и резидуальном периодах.
9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при неврите плечевого сплетения.
10. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при неврите локтевого нерва.
11. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений при неврите бедренного нерва.

## **Занятие 2. Адаптивная физическая культура и реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения (4 часа)**

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие об инсультах. Механизмы возникновения ишемических и геморрагических инсультов.
2. Основные клинические проявления последствий инсульта. Периоды клинического течения инсульта.
3. Механизм воздействия физических упражнений при инсульте.

4. Задачи и методика ЛФК на различных этапах восстановительного лечения после инсульта.
5. Оценка эффективности восстановительного лечения после инсульта.
6. Противопоказания к занятиям ЛФК при инсультах.
7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в I периоде восстановительного лечения после инсульта.
8. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений во II периоде восстановительного лечения после инсульта.
9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в III периоде восстановительного лечения после инсульта.
10. Методика восстановления навыка ходьбы после инсульта.

### **Занятие 3. Адаптивная физическая культура и реабилитация при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ) (4 часа)**

Вопросы для обсуждения:

1. Виды повреждений спинного мозга. Клинические симптомы ТБСМ.
2. Периоды ЛФК при ТБСМ.
3. Механизмы реабилитационного действия физических упражнений и особенности методики их применения при ТБСМ.
4. Противопоказания к занятиям ЛФК при ТБСМ.
5. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в острый период ТБСМ.
6. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в ранний период ТБСМ.
7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в промежуточный период ТБСМ.
8. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в поздний период ТБСМ.

9. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при ТБСМ.

10. Методика восстановления навыка ходьбы после ТБСМ

**Занятие 4 Особенности физической реабилитации и адаптивной физической культуры при повреждениях шейного отдела позвоночника (2 часа)**

Вопросы для обсуждения:

1. Краткие данные об этиологии, патогенезе, основных симптомах при повреждениях шейного отдела позвоночника.

2. Особенности физической реабилитации лиц с травмой шейного отдела позвоночника.

3. Противопоказания к занятиям ЛФК при повреждениях шейного отдела позвоночника.

4. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в острый период при повреждениях шейного отдела позвоночника.

5. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в ранний период при повреждениях шейного отдела позвоночника.

6. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в промежуточный период при повреждениях шейного отдела позвоночника.

7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в поздний период при повреждениях шейного отдела позвоночника.

8. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при повреждениях шейного отдела позвоночника.

**Занятие 5. Адаптивная физическая культура и реабилитация детей с детским церебральным параличом (ДЦП) (4 часа)**

Вопросы для обсуждения:

1. Современные представления об этиологии, патогенезе, клинических проявлениях ДЦП.
2. Особенности двигательных и чувствительных нарушений при ДЦП.
3. Роль лечебной физической культуры и основные методики лечебной гимнастики в различные периоды при ДЦП.
4. Механизмы лечебного действия физических упражнений у детей с ДЦП.
5. Средства АФК для детей с ДЦП (гидрореабилитация, подвижные игры и т.д.).
6. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий при ДЦП.
7. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в раннем восстановительном периоде ДЦП.
8. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в позднем восстановительном периоде ДЦП.
9. Составление конспекта занятия и выполнение комплекса упражнений в резидуальном периоде ДЦП.

## **V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с заболеваниями нервной системы» 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	Адаптивная физическая культура и реабилитация при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы	ПК-2.1	Знает: критерии оценки индивидуально й 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 реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 12-14
		ПК-2.1	Владеет навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств	ПР-13 Творческое задание	Вопросы к зачету 15-18

			занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.		
2	Адаптивная физическая культура и реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения	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 человека в процессе реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 21, 22
		ПК-2.1	Владеет навыками внедрения тренировочных программ, содействующих формированию	ПР-3 Эссе	Вопросы к зачету 6, 23

			психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний		
3	Адаптивная физическая культура и реабилитация при травматической болезни спинного мозга	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 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	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 8, 26

			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	Особенности физической реабилитации и адаптивной физической культуры при повреждениях шейного отдела позвоночника	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 5
		ПК-2.2	Умеет: обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный	ПР-4 Реферат	Вопросы к зачету 7,27

			<p>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</p>		
		ПК-2.1	<p>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</p>	<p>ПР-1 Тест</p>	<p>Вопросы к зачету 10, 27</p>
5	<p>Адаптивная физическая культура и реабилитация детей с детским церебральным параличом (ДЦП)</p>	ПК-2.2	<p>знает различные методы наблюдения за состоянием здоровья реабилитанта, изучения его жизненной ситуации, основные способы</p>	<p>УО-3 Доклад, сообщение</p>	<p>Вопросы к зачету 6, 30</p>

			консультирования различных категорий реабилитантов;		
		ПК-2.2	Умеет 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 реабилитацион	УО-4 Круглый стол, дискуссия	Вопросы к зачету 8, 29

			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](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](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](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](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](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](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](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](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](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](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/](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/](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 «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с заболеваниями нервной системы» 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 АФК и лечебной гимнастики у пациентов с заболеваниями нервной системы.
2. Физическая реабилитация больных после ТБСМ с использованием средств физиотерапии.
3. Физическая реабилитация больных при неврите лицевого нерва с использованием средств физиотерапии.
4. Физическая реабилитация больных при неврите локтевого нерва с использованием средств физиотерапии.
5. Физическая реабилитация больных при неврозе с использованием средств физиотерапии.
6. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов с нарушением мозгового кровообращения в позднем периоде
7. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры у пациентов в позднем периоде после инсульта с использованием аппарата обратной биологической связи.
8. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для пациентов в позднем периоде после инсульта с использованием арт-терапии.
9. Применение комплекса лечебной физической культуры на основе средств и методов адаптивной физической культуры для детей с ДЦП в резидуальном периоде.
10. Подвижные игры как средство АФК для детей с ДЦП.

11. Средства АФК и адаптивного спорта для пациентов после травмы позвоночника

12. 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 — 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.

### **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 зачету по дисциплине «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с заболеваниями нервной системы»**

1. Понятие об общей и специальной дозированной тренировке. Механизм действия физических упражнений.

2. Классификация физических упражнений.

3. Факторы, влияющие на величину физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок. Дозировка физических нагрузок.
4. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
5. Режимы двигательной активности в условиях стационара и санатория.
6. Формы ЛФК в условиях стационара поликлиники и санатория. Плотность физической нагрузки в зависимости от этапа лечения.
7. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
8. Принципы и этапы реабилитации в неврологии. Задачи этапов реабилитации. Уровни реабилитации.
9. Этапы и уровни психологической реабилитации больных с последствиями травм и заболеваний нервной системы. Принципы составления реабилитационных программ.
10. Организация восстановительного лечения неврологических больных в условиях реабилитационного стационарного центра.
11. Организация восстановительного лечения в условиях специализированной реабилитационной поликлиники.
12. Церебральные двигательные нарушения после инсульта и черепно-мозговой травмы, требующие реабилитационного лечения.
13. Основные формы восстановительного лечения неврологических больных (медикаментозная терапия, ЛФК, физиотерапия, механотерапия, трудотерапия, психотерапия).
14. Основные методы оценки эффективности реабилитационных мероприятий. Факторы, оказывающие влияние на восстановление больных.
15. Понятие о невритах. Основные клинические симптомы при неврите лицевого нерва. Методика лечебной гимнастики в зависимости от периода заболевания.

16. Понятие о невритах. Основные клинические симптомы при неврите локтевого нерва. Методика лечебной гимнастики в зависимости от периода заболевания.

17. Понятие о невритах. Основные клинические симптомы при неврите плечевого нерва. Методика лечебной гимнастики в зависимости от периода заболевания.

18. Понятие о невритах. Основные клинические симптомы при неврите бедренного нерва. Методика лечебной гимнастики в зависимости от периода заболевания.

19. Понятие о черепно-мозговой травме (ЧМТ). Методика лечебной гимнастики при ЧМТ в зависимости от периода.

20. Инсульт. Этиология, патогенез, основные клинические проявления последствий инсульта. Механизм воздействия физических упражнений при инсульте. Методика лечебной гимнастики в I периоде восстановительного лечения после инсульта.

21. Инсульт. Этиология, патогенез, основные клинические проявления последствий инсульта. Механизм воздействия физических упражнений при инсульте. Методика лечебной гимнастики во II периоде восстановительного лечения после инсульта.

22. Инсульт. Этиология, патогенез, основные клинические проявления последствий инсульта. Механизм воздействия физических упражнений при инсульте. Методика лечебной гимнастики в III периоде восстановительного лечения после инсульта.

23. Методика восстановления навыка ходьбы после перенесенного инсульта. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий, проводимых после инсульта.

24. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы реабилитационного действия физических упражнений и особенности методики их применения при ТБСМ.

25. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика лечебной гимнастики в острый период ТБСМ.

26. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика лечебной гимнастики в ранний период ТБСМ.

27. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика лечебной гимнастики в промежуточный период ТБСМ.

28. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика лечебной гимнастики в поздний период ТБСМ.

29. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Клинические симптомы ТБСМ. Периоды ТБСМ. Механизмы реабилитационного действия физических упражнений и особенности методики их применения при ТБСМ. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий, проводимых при ТБСМ.

30. Понятие о ДЦП. Этиология, патогенез, клинические проявления ДЦП. Роль лечебной физической культуры и основные методики лечебной гимнастики в различные периоды при ДЦП.

31. Понятие о ДЦП. Этиология, патогенез, клинические проявления ДЦП. Механизм лечебного действия физических упражнений, применяемых при ДЦП.

32. Понятие о ДЦП. Этиология, патогенез, клинические проявления ДЦП. Методика лечебной гимнастики в раннем восстановительном периоде ДЦП.

33. Понятие о ДЦП. Этиология, патогенез, клинические проявления ДЦП. Методика лечебной гимнастики в позднем восстановительном периоде ДЦП.

34. Понятие о ДЦП. Этиология, патогенез, клинические проявления ДЦП. Методика лечебной гимнастики в резидуальном периоде ДЦП.

## **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 для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Лекционная аудитория Компьютерный класс	компьютер типа Lenovo C360G-i34164G500UDK;  аудио-визуальные средства проектор Panasonic DLPPProjectorPT-D2110XE;  плазма LG FLATRON M4716CCBAM4716CJ	лицензионная программа Microsoft Office 2017
Жилые корпуса ДВФУ	Интернет - Wi-Fi.	

## **X. 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 «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с заболеваниями нервной системы»**

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	- 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	

			учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза	целесообразность, применяемых технологий формировании 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 психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний	Умение применять известные технологии формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний; умение применять нестандартные решения поставленных задач	- способность работать с данными, других авторов для исследования; - способность обосновать и применить технологии формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний; - способность применять методики, и техники для нестандартного решения поставленных задач	65-84
	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, четкое понимание требований, предъявляемых к	- 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;	85-100

			содержанию и последовательности реализации программ, владение инструментами представления результатов формирования психических и физических качеств человека	-способность самостоятельно реализовать программу формирования психических и физических качеств и представлять результаты на обсуждение на круглых столах, семинарах, научных конференциях.	
--	--	--	--	---	--

### **Промежуточная аттестация студентов**

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для пациентов с заболеваниями нервной системы» 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 36 лет, двигательный режим полупостельный. Диагноз:*  
**Травматическая болезнь спинного мозга (острый период).**

*Форма ЛГ: занятие индивидуальное*

Цель: поддержание и развитие силы в сохранивших управление мышцах, усиление их функция за счет активизации и перестройки смежных структур;

формирование компенсаций полностью утраченных функций на основе рефлекторных структур, ранее в этих движениях не участвующих.

Задачи:

нормализация крово- и лимфообращения и обмена веществ;

восстановление функций кишечника и тазовых органов;

предотвращение развития трофических нарушений - пролежней и туго подвижности суставов, контрактур, порочного положения конечностей, сохранение тонуса не парализованной мускулатуры и восстановление

паретической мускулатуры, выработка компенсаторных двигательных навыков

Части занятия ЛГ	Упражнения	Методические указания
Вводная часть	1. Диафрагмальное дыхание 1 мин.	В умеренном темпе
Основная часть	<p>1. И. п. – кисть прямая (ладонью вверх), пальцы сомкнуты. Пассивное сгибание и разгибание всей кисти, затем поочередно пальцев</p> <p>2. И. п. – то же (ладонью вниз). Разведение и сведение пальцев.</p> <p>3. И. п. – то же, что в упражнении 1. Поочередное сгибание пальцев в ногтевых и средних фалангах и пассивное удержание в этом положении.</p> <p>4. И. п. – то же, что в упражнении 2. Поочередное поднятие пальцев (отрывая их от поверхности).</p> <p>5. И. п. – то же. Отведение и вращение первого пальца, затем его приведение.</p> <p>6. И. п. – кисть согнута (ладонью вниз), ногтевые фаланги упираются в поверхность. Смещение кисти в разные стороны с сохранением опоры.</p> <p>7. И. п. – кисть прямая (ладонью вверх), пальцы разведены. Поочередное сгибание пальцев и удержание в этом положении; затем сжимание пальцев в кулак.</p> <p>8. И. П. – то же. Поочередное</p>	Подсчет пульса надо проводить перед занятием и сразу после него, через, 5, 10, 14 и 17 упражнений.

	<p>поднимание пальцев вверх, перпендикулярно ладони, и удержание в течение 1-2 с.</p> <p>9. И. п. – то же, пальцы сомкнуты. Одновременное сжатие четырех пальцев в кулак и отведение первого пальца.</p> <p>10. И. П. – обе ладони на поверхности, пальцы разведены. Поочередное надавливание пальцами одной руки на пальцы другой. То же, поменяв положение рук.</p> <p>11. И. П. – то же, пальцы переплетены. Содружественные движения в лучезапястных суставах: вращения, разгибания, отведения и т.д.</p> <p>12. И. П. – то же, что в упражнении 10. Поочередное разведение и сведение пальцев на обеих руках.</p> <p>13. Прокатывание ладонью цилиндров различного диаметра.</p> <p>14. Прокатывание ладонью резиновых мячей.</p> <p>15. Захватывание и перемещение поролоновых кубиков обеими руками.</p>	
<p>Заключительная часть</p>	<p>Диафрагмальное дыхание 1 мин. Отдых 3-5 мин.</p>	<p>Подсчет пульса надо проводить через 3 мин после окончания занятий. На основании</p>

		полученных данных можно построить кривую физиологической нагрузки на занятиях лечебной гимнастикой.
--	--	---

***Задание на составление конспекта:***

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

1. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в I периоде восстановительного лечения после инсульта.
2. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика во II периоде восстановительного лечения после инсульта.
3. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в III периоде восстановительного лечения после инсульта.
4. Адаптивная физическая культура как средство восстановления навыка ходьбы после перенесенного инсульта.
5. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в ранний период ТБСМ.
6. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в промежуточный период ТБСМ.
7. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в поздний период ТБСМ.
8. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в раннем восстановительном периоде ДЦП.
9. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в позднем восстановительном периоде ДЦП.
10. Адаптивная физическая культура и лечебная гимнастика в резидуальном периоде ДЦП.

## **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. Упражнения, выполняемые мысленно называются:*

1. идеомоторными

2. изометрическими

3. рефлексорными

4. пассивными

5. симметричными

*2. Действие корригирующих упражнений:*

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

*3. Пассивными называют упражнения:*

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

*4. К дыхательным упражнениям относятся:*

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

*5. 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

*6. К средствам ЛФК относятся:*

1. бег

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

*7. 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

*8. Процедура лечебной гимнастики имеет следующие разделы:*

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

*9. Различают следующие этапы реабилитации:*

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

*10. Звуковые упражнения оказывают:*

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

4. стимулирующее действие
5. рефлекторное действие

*11. Физические упражнения оказывают:*

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

*12. К госпитальному этапу реабилитации относятся:*

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

*13. Лечение положением используется:*

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

*14. 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

*15. 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

*16. 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

*17. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:*

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

*18. 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

*19. Занятия лечебной физкультурой противопоказаны:*

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

*20. 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

## Тест №2

*1. Какие средства АФК и лечебной гимнастики используют в клинике нервных болезней?*

1. дыхательная гимнастика
2. специальная лечебная гимнастика
3. малоподвижные игры
4. терренкур
5. мануальная терапия

*2. Каковы особенности методики ЛФК в клинике нервных болезней?*

1. использование в основном пассивных упражнений
2. лечение движением при нарушении функции движения
3. применение ЛФК после стабилизации общего состояния больного
4. упражнения с предметами
5. дыхательные упражнения

*3. Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?*

1. лечение положением
2. применение пассивных упражнений
3. применение активных упражнений
4. упражнения на тренажерах
5. упражнения с отягощением

*4. Каковы особенности методики ЛФК при невритах?*

1. применение упражнений с отягощением
2. применение облегченных исходных положений
3. применение в основном дыхательных упражнений
4. применение исходного положения сидя
5. применение упражнений с гантелями

*5. Каковы сроки назначения ЛФК при неврите лицевого нерва?*

1. с первых дней заболевания
2. через месяц после начала заболевания
3. после стабилизации общего состояния
4. после стихания болей
5. после выписки из стационара

*6. Какие моменты входят в лечение положением при неврите лицевого нерва?*

1. спать на здоровой стороне
2. спать на стороне поражения
3. спать на спине
4. спать на боку
5. спать на животе

*7. Какие особенности лейкопластырного натяжения при неврите лицевого нерва?*

1. натяжение с больной стороны на здоровую
2. фиксация лейкопластырем имеющейся патологии
3. натяжение со здоровой стороны на больную
4. ширина лейкопластыря 5см
5. длина лейкопластыря 15см

*8. Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:*

1. применение механотерапии
2. применение трудотерапии
3. применение массажа
4. применение идеомоторных упражнений
5. применение физиотерапевтического лечения

9. Какой двигательный дефект появляется после острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта)?

1. вялый паралич нижних конечностей
2. спастический гемипарез
3. наличие тремора
4. снижение мышечного тонуса
5. затруднение дыхания

10. С какого момента назначают специальную лечебную гимнастику при геморрагическом инсульте?

1. с первых часов после инсульта
2. перед выпиской из стационара
3. после восстановления гемодинамики
4. через неделю
5. после выписки из стационара

11. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?

1. с первых часов после инсульта
2. после стабилизации общего состояния
3. перед выпиской из стационара
4. через 3 суток
5. после выписки из стационара

12. Реабилитационный комплекс для снятия спастичности мышц при травме спинного мозга или при инсультах включают:

1. Лечение положением
2. Точечный массаж.
3. Специальные упражнения лечебной физкультуры с исключением пассивных движений, упражнений на преодоление синкинезий

4.Выполнение упражнений в изометрическом режиме

5.Интенсивный массаж мышц туловища

*13. Эффективность лечебной гимнастики при инсультах зависит от:*

1.ранних сроков начала занятий

2.систематичности и длительности лечения

3.поэтапности построения лечебных мероприятий с учетом нарушенных функций, клинического течения заболеваний.

4.индивидуального подхода

*14. Периоды реабилитации при инсультах:*

1.ранний (до 2-х месяцев)

2.поздний (свыше 2-х месяцев)

3.госпитальный

4.поликлинический

*15. К упражнениям на координацию относятся:*

1.метание в цель

2.упражнения на балансировании

3.гимнастические упражнения

4.дыхательные упражнения

5.упражнения на расслабление

### ***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

### Эталоны ответов на тесты

Тест 1				Тест 2	
1	1	16	5	1	2
2	1	17	2	2	2
3	2	18	1	3	1
4	4	19	3	4	2
5	5	20	1	5	1
6	4			6	2
7	4			7	3
8	5			8	2
9	4			9	2
10	1			10	3
11	5			11	1
12	4			12	1,2,3
13	2			13	1,2,3
14	1			14	1,3
15	4			15	1,2,3