

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Галимуллин Артур Гайфуллович
Должность: Директор
Дата подписания: 09.11.2023 14:07:24
Уникальный программный ключ:
fceab25d7092f3bfff743e8ad3f8b57fad113e6d

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**БИРСКИЙ ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»**

Бирский филиал УУНиТ
Колледж

Рабочая программа междисциплинарного курса

Наименование *МДК 02.03 Лечебная физкультура и массаж*
междисциплинарного
курса

Междисциплинарный курс профессионального модуля
цикл дисциплины и его часть

44.02.01
код

специальность
Физическая культура
наименование специальности

Разработчик (составитель)
Преподаватель
Галимуллин Артур Гайфуллович
ученая степень, ученое звание,
категория, Ф.И.О.

Бирск 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	
3	
1.1. Область применения рабочей программы	3
1.2. Место профессионального модуля в структуре основной профессиональной образовательной программы	3
1.3. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля	3
1.4. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2.1. Объем профессионального модуля и виды учебной работы	4
2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля	5
3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	9
4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	9
4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	9
4.2.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	9
4.2.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)	10
4.3.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)	10
5. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ	11
5.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине	11
ПРИЛОЖЕНИЕ № 1	12
ПРИЛОЖЕНИЕ № 2	14

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС для специальности: 49.02.01 Физическая культура для обучающихся очной формы обучения.

1.2. Место профессионального модуля в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина МДК 02.03. «Лечебная физическая культура и массаж» является междисциплинарным курсом профессионального модуля 02. «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения»

1.3. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1 -10 ПК 2.1. – 2.6.	<ul style="list-style-type: none">- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;- использовать основные приемы массажа и самомассажа;	<ul style="list-style-type: none">- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;- основные виды и приемы массажа.

Набор ОК и ПК для соответствующего МДК определяется учебным планом специальности (в разделах учебного плана: «Справочник компетенций» и «Распределение компетенций»). Знания,

умения, практический опыт, **СООТВЕТСТВУЮЩИЕ** каждой ОК, ПК, берутся из п. 6.3 «Структура программы подготовки специалистов среднего звена базовой подготовки» ФГОС соответствующей специальности.

1.4. Количество часов, отводимое на освоение междисциплинарного курса

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Объем часов		
Максимальная учебная нагрузка (всего)	178 ч		
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	178ч		
в том числе:	7 сем	8 сем	всего
Лекции	34	42	76
Практические занятия	36	66	102
Самостоятельная работа обучающегося в том числе консультации	-	-	-
Промежуточная аттестация в форме		Диф.зачет	

Всего часов на освоение МДК 178, самостоятельная работа отсутствует.

Количество часов должно соответствовать учебному плану по специальности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

2.1. Тематический план и содержание профессионального модуля

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) <i>при наличии</i>	Объем часов	Активные и интерактивные формы проведения занятий	Уровень освоения ¹
1	2	3		
МДК 02.03 Лечебная физкультура и массаж		178		
Тема 1.1. Понятие о ЛФК. Организация, средства, методы и формы ЛФК	<p>Содержание</p> <p>История развития ЛФК. Понятие о ЛФК. Цели, задачи показания к назначению ЛФК, ограничения и противопоказания к занятиям ЛФК. Средства, методы и формы ЛФК. Режимы двигательной активности</p>	16		1
	<p>Тематика практических занятий</p> <p>Роль отечественных ученых в развитии ЛФК. Методы и формы ЛФК</p>	2	Подготовка сообщения и выступление. Составление таблицы	2
Тема 1.2. Методики лечебной физической культуры при заболеваниях и травмах.	<p>Содержание</p> <p>ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Симптомы характерные для заболеваний органов дыхания. Понятие о ДН. Основные методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания (б/а, бронхиты, пневмонии, плевриты).</p>	18		1
	<p>Тематика практических занятий</p> <p>Дыхательные упражнения. Варианты дыхательной гимнастики. Дренажные положения. Звуковая гимнастика для снятия бронхоспазмов.</p>	4		2,3

¹ Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

	<p>ЛФК при заболеваниях сердечно сосудистой системы. Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы. Основы методики ЛФК (при атеросклерозе, инфаркте миокарда, стенокардии, пороках сердца).</p>			
	<p>Тематика практических занятий Составление комплекса ЛГ. Закрепление навыков использования лечебных вариантов средств ЛФК при заболеваниях ссс. Применение физических упражнений способствующих повышению функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, для активизации внесердечных факторов кровообращения и венозного кровотока, для улучшения периферического кровообращения. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и при нарушении обмена веществ. Основные симптомы заболеваний органов пищеварения (гастриты, энтероколиты, ДЖВП, Язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки). Особенности методики ЛФК при заболеваниях обмена веществ (ожирение, СД, МКБ, нефрозы).</p>	8		
	<p>Тематика практических занятий Составление комплекса ЛГ. Применения ЛФК при заболеваниях органов пищеварения (упражнения для оздоровления и укрепления организма пациента, для нормализации состояния центральной нервной системы, укрепления мышц брюшного пресса и активизации кровообращения в брюшной полости. Отработка навыков проведения лечебных вариантов с индивидуальным подбором средств ЛФК у больных с нарушением ОВ. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата (ушибы, вывихи, переломы, разрывы и некроз мягких тканей и органов). Понятие об иммобилизационном, постиммобилизационном и восстановительном периодах. Основные методики ЛФК.</p>	8		
	<p>Тематика практических занятий Физические упражнения способствующие восстановлению, иннервации, предупреждению атрофий, контрактур и деформаций. формированию временных и постоянных компенсаций. Физические упражнения, используемые на мышечных группах, не вовлеченных в болезненный процесс, обеспечивающих общетонизирующее воздействие. Закрепление навыков использования лечебных вариантов</p>	8		

	<p>средств ЛФК в зависимости от периода заболевания. Составление комплекса ЛГ.</p> <p>ЛФК при заболеваниях центральной и периферической и вегетативной нервной системы. Заболевания нервной системы (травмы, расстройства кровообращения, опухоли, инфекции, интоксикации). Двигательные расстройства (гиперкинезы, судороги, атаксии). Расстройства чувствительности (анестезия, гипостезия, гиперестезия, парестезия). Трофические нарушения — ороговения кожи, образование язв и пролежней, атрофия мышц.</p>			
	<p>Тематика практических занятий</p> <p>Составление комплекса ЛГ. Особенности занятий ЛФК с постинсультными больными, с больными ВСД, при дорсопатиях. Применение пассивных и идеомоторных упражнений. Закрепление навыков использования лечебных вариантов средств ЛФК.</p>	8		2,3
<p>Тема 1.3.</p> <p>Историческая справка. Основы массажа и методика его проведения.</p>	<p>Содержание</p> <p>Классификация массажа. Гигиенические основы массажа. Требования к пациенту и массажисту. Показания и противопоказания к проведению массажа. Лечебное и профилактическое действие массажа.</p>	18		1
	<p>Тематика практических занятий</p> <p>Организация лечебного процесса в кабинете массажа. Оборудование и оснащение массажного кабинета</p>	8		2
<p>Тема 1.4.</p> <p>Основные приемы массажа. Техника массажа по анатомическим областям.</p>	<p>Содержание</p> <p>Техника массажа по анатомическим областям. Понятие об анатомических областях. Средства применяемые для массажа (кремы, гели, мази). Основные приемы массажа. Поглаживание. Основные и вспомогательные приемы поглаживания. Растирание. Основные и вспомогательные приемы растирания. Разминание. Основные и вспомогательные приемы разминания. Вибрация. Физиологическое действие вибрации. Вспомогательные приемы вибрации.</p>	18		
	<p>Тематика практических занятий</p> <p>Приемы массажа. Техника выполнения и основные ошибки.</p>	8	Выполнение приемов массажа	
<p>Тема 1.5.</p> <p>Общий и лечебный</p>	<p>Содержание</p> <p>Общий массаж. Влияние массажа на отдельные органы и системы. Понятие о лечебном массаже (классический, периостальный,</p>	18		

массаж	сегментарно-рефлекторный, соединительнотканый, точечный).			
	Тематика практических занятий Отличия видов массажа	8		
Тема 1.6. Спортивный массаж	Содержание Применение спортивного массажа для улучшения спортивной формы и физического состояния спортсмена, профилактики травм. Общий и частный спортивный массаж. Виды спортивного массажа (тренировочный, предварительный, восстановительный). Требования и особенности проведения тренировочного массажа. Предварительный массаж: разминочный, в предстартовых состояниях, согревающий. Приемы и продолжительность разминочного массажа. Цель и задачи восстановительного массажа.	18		
	Тематика практических занятий Практическое выполнение основных и вспомогательных массажных приемов. Основные ошибки при выполнении массажных приемов.	8		
Тема 1.7. Массаж при спортивных травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	Содержание Особенности массажа при спортивных травмах. Методика проведения массажа при ушибах, при растяжении связок, при вывихах, при переломах, при миозите, при миалгии, при повреждении фасций и мышц и заболеваниях ОДА.	18		
	Тематика практических занятий Методика проведения массажа при травмах и при заболеваниях ОДА.	8		
Тема 1.8. Особенности массажа у детей.	Содержание Гигиенический и спортивный массаж у детей разных возрастов. Особенности проведения детского ортопедического массажа.	18		
	Тематика практических занятий Практическое выполнение основных и вспомогательных массажных приемов при гигиеническом массаже у детей разных возрастов	8		
Тема 1.9. Понятие физической реабилитации	Содержание Реабилитация. Виды реабилитации. Физическая реабилитация в хирургии, в травматологии, в терапии. Цель. Задачи. Показания и противопоказания. Периоды и этапы физической реабилитации.	18		
	Тематика практических занятий	8		

		Принцип составления программы физической реабилитации. Особенности санаторно-курортного этапа физической реабилитации.			
Тема Физическая реабилитация инвалидов	2.0.	Содержание Физическая реабилитация инвалидов. Составление реабилитационных программ. Принципы обучения самомассажу, использованию методов частной и общей кинезиотерапии, комплексам лечебной гимнастики. Контроль за самостоятельно занимающимися.	18		
		Тематика практических занятий Обучение самомассажу. Приемы, используемые при самомассаже.	8		

Последовательное тематическое планирование содержания рабочей программы МДК, календарные объемы, виды занятий, формы организации самостоятельной работы также конкретизируются в календарно-тематическом плане (Приложение № 1)

По каждой теме описывается содержание учебного материала (в дидактических единицах), наименования необходимых практических и иных занятий. Тематика самостоятельной работы может приводиться по выбору разработчиков по МДК или по каждой теме. Если по МДК предусмотрены курсовые работы (проекты), приводятся их темы.

Пояснение: (количество часов в таблице должно соответствовать указанному количеству часов в пункте 2.1 паспорта программы)

Самостоятельная работа (внеаудиторная) выполняется по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Видами самостоятельной работы являются: работа с нормативными документами, подготовка рефератов, докладов, работа с текстами, работа со словарями и справочниками, решение задач, подготовка к деловым играм и другие виды.

Объем часов определяется по каждой позиции столбца 3.

3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) – комплект методических и контрольных материалов, используемых при проведении текущего контроля освоения результатов обучения и промежуточной аттестации. (Приложение № 2).

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины «Лечебной физкультуры и массажа» предполагает наличие учебного кабинета

Помещения кабинетов должны быть оснащены:

- типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований ФГОС СПО к уровню подготовки обучающихся;

- мультимедийным оборудованием, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы. Помещения кабинетов должны удовлетворять требованиям действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Оборудование кабинетов должно предусматривать возможность свободного доступа в Интернет во время учебных занятий и в период внеучебной деятельности обучающихся.

Технические средства обучения

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийный комплекс;
- магнитная маркерная доска.

Оборудование учебного кабинета «Лечебной физической культуры и массажа»

- Массажные кушетки (столы);
- Массажные валики, подушечки;
- Простыни, полотенца, средства для скольжения рук;
- Роликовые и игольчатые массажеры, аппликаторы;
- Гимнастические палки, гимнастические коврики, медицинболы, кистевой эспандер, эспандер для верхнего плечевого пояса, гантели 0,5-1 кг;
- Аппарат для измерения артериального давления, секундомер, сантиметровая лента, динамометр кистевой, угломер.
- Наглядные пособия.

Оборудование и технические средства обучения спортивного комплекса:

Спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий по видам физкультурно-спортивной деятельности:

- баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, медицинболы массой 1-3 кг, мячи для тенниса, обручи, скакалки, флажки, гимнастические палки, булавы, цветные повязки или жилетки, кегли, гимнастические скамейки, кубики и конусы разного цвета, эстафетные палочки и др.;

- оборудование и инвентарь, соответствующие требованиям правил соревнований по легкой атлетике:

- беговая дорожка с разметкой дистанций;
- места для прыжков в длину, тройным, в высоту;

- места для метаний копья, гранаты, толкания ядра;
- инвентарь: стартовые колодки, барьеры, эстафетные палочки, ядра, копья, гранаты, малые мячи, (согласно правилам соревнований для мужчин и женщин), секундомеры, измерительные ленты;
- регистрационная аппаратура (секундомеры, прыгомеры, радиотелеметрические приборы, фотофинишная установка для измерения сдвигов в развитии навыков, качеств, функционального состояния и др.)
- оборудованный гимнастический зал с комплектом гимнастических снарядов, набивные мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, гимнастические маты и др.
- аудио и видеотехника;

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

4.2.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная учебная литература:

1. Попов С.Н. Лечебная физическая культура / Под ред. Попова С.Н. (10-е изд., стер.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.

Дополнительная учебная литература:

1. Бирюков А.А. Лечебный массаж (4-е изд., испр.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2013
2. Бирюков А.А. Спортивный массаж (3-е изд., испр. и доп.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2013
3. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж. М: Советский спорт 2001 г.
4. Попов С.Н., Валеев Н.М. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие. – М.: ГЭОТАР - Медиа, 2006.
6. Погосян М.М. Лечебный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». – М.: Советский спорт, 2002.
7. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры.- М.: - Олимпия, 2008.

4.2.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Наименование электронной библиотечной системы
1.	Сайт: «Medicalj.ru» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: http://www.medicalj.ru/maneuver/conservative-treatment/455-lfc
2.	энциклопедия/ Лечебная физическая культура» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: http://www.medical-enc.ru/lfk/
3.	

№	Адрес (URL)
1.	Козырева О.В., Иванов А.А. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезотерапия [Электронный ресурс]. – М.: Советский спорт, 2010. – 280 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_cid=25&pl1_id=4096 (Рекомендовано Экспертно-методическим советом РГУФКСиТ (ГЦОЛИФК) к использованию в учебном процессе в качестве учебного пособия)
2.	Лечебная физическая культура: справочник / Под ред. В.А. Епифанова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 2006. – 592 с.
3.	Энциклопедия массажа. — М.: Советский спорт, 2008. —504 с.
4.	

4.2.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Наименование программного обеспечения	Срок действия
1) Справочно-правовая система «Гарант» - договор № 48 от 20.03. 2018	до 20.03. 2019
2) Программное обеспечение Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y Academic Edition Enterprise - договор №31807077072 от 09.11.2018	до 09.11.2019

5. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ

5.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Активные и интерактивные формы проведения занятий

Подготовка сообщения и выступление.

Составление таблицы

Выполнение приемов массажа

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Бирский филиал УУНиТ
Колледж

Календарно-тематический план

дисциплина

МДК 02.03 Лечебная физкультура и массаж

Междисциплинарный курс профессионального модуля
цикл дисциплины и его часть (обязательная, вариативная)

49.02.01

код

специальность

Физическая культура

наименование специальности

углубленный

уровень подготовки

Разработчик (составитель)

Преподаватель

Галимуллин Артур Гайфуллович

ученая степень, ученое звание,
категория, Ф.И.О.

Бирск 2023

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Календарные сроки изучения (план)	Вид занятия	Домашнее задание
МДК 02.03					
1.1.	История развития ЛФК. Понятие о ЛФК. Цели, задачи показания к назначению ЛФК, ограничения и противопоказания к занятиям ЛФК. Средства, методы и формы ЛФК. Режимы двигательной активности	16	сентябрь	лекция	повторить лекцию
1.2.	ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Симптомы характерные для заболеваний органов дыхания. Понятие о ДН. Основные методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания (б/а, бронхиты, пневмонии, плевриты).	18	октябрь	лекция	повторить лекцию
1.3.	Классификация массажа. Гигиенические основы массажа. Требования к пациенту и массажисту. Показания и противопоказания к проведению массажа. Лечебное и профилактическое действие массажа.	18	ноябрь	лекция	повторить лекцию
1.4.	Техника массажа по анатомическим областям. Понятие об анатомических областях. Средства применяемые для массажа (кремы, гели, мази). Основные приемы массажа. Поглаживание. Основные и вспомогательные приемы поглаживания. Растирание. Основные и вспомогательные приемы растирания. Разминание. Основные и вспомогательные приемы разминания. Вибрация. Физиологическое действие вибрации. Вспомогательные приемы вибрации.	18	декабрь	лекция	повторить лекцию
1.5.	Общий массаж. Влияние массажа на отдельные органы и системы. Понятие о лечебном массаже (классический, периостальный, сегментарно-рефлекторный,	18	январь	лекция	повторить лекцию

	соединительнотканый, точечный).				
1.6.	<p>Применение спортивного массажа для улучшения спортивной формы и физического состояния спортсмена, профилактики травм. Общий и частный спортивный массаж. Виды спортивного массажа (тренировочный, предварительный, восстановительный).</p> <p>Требования и особенности проведения тренировочного массажа. Предварительный массаж: разминочный, в предстартовых состояниях, согревающий. Приемы и продолжительность разминочного массажа. Цель и задачи восстановительного массажа.</p>	18	январь	лекция	повторить лекцию
1.7.	<p>Особенности массажа при спортивных травмах. Методика проведения массажа при ушибах, при растяжении связок, при вывихах, при переломах, при миозите, при миалгии, при повреждении фасций и мышц и заболеваниях ОДА.</p>	18	февраль	лекция	повторить лекцию
1.8.	<p>Гигиенический и спортивный массаж у детей разных возрастов. Особенности проведения детского ортопедического массажа.</p>	18	февраль	лекция	повторить лекцию
1.9.	<p>Реабилитация. Виды реабилитации. Физическая реабилитация в хирургии, в травматологии, в терапии. Цель. Задачи. Показания и противопоказания. Периоды и этапы физической реабилитации.</p>	18	март	лекция	повторить лекцию
2.0.	<p>Физическая реабилитация инвалидов. Составление реабилитационных программ. Принципы обучения самомассажу, использованию методов частной и общей кинезиотерапии, комплексам лечебной гимнастики. Контроль за самостоятельно занимающимися.</p>	18	март	лекция	повторить лекцию

Всего часов				
--------------------	--	--	--	--

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Бирский филиал УУНиТ
Колледж

Фонд оценочных средств

дисциплина

МДК 02.03 Лечебная физкультура и массаж

Междисциплинарный курс профессионального модуля
цикл дисциплины и его часть (обязательная, вариативная)

49.02.01

код

специальность

Физическая культура

наименование специальности

углубленный

уровень подготовки

Разработчик (составитель)

Преподаватель

Галимуллин Артур Гайфуллович

ученая степень, ученое звание,
категория, Ф.И.О.

Бирск 2023

Согласовано с работодателем:

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

I Паспорт фондов оценочных средств

1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для проверки результатов освоения дисциплины «Организация физкультурно-спортивной работы», входящей в состав программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Объем часов на аудиторную нагрузку по дисциплине 358 часов, на самостоятельную работу 136 часов.

2. Объекты оценивания – результаты освоения дисциплины

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения дисциплины в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины «Организация физкультурно-спортивной работы»:

умения:

- У-1 - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- У-2- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- У-3- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- У-4- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- У-5- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- У-6- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

знания:

- З-1 - требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- З-2- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- З-3- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- З-4- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- З-5- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- З-6- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- З-7- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению.

Вышеперечисленные умения и знания направлены на формирование у обучающихся следующих **общих и профессиональных компетенций**:

В результате освоения учебной дисциплины учащиеся должны овладеть следующими компетенциями.

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

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

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

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

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

ОК 9. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

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

ПК 2. 1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2. 5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

3 Формы контроля и оценки результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения – это выявление, измерение и оценивание знаний, умений и формирующихся общих и профессиональных компетенций в рамках освоения дисциплины.

В соответствии с учебным планом специальности 49.02.01 Физическая культура», рабочей программой дисциплины «Организация физкультурно-спортивной работы» предусматривается текущий и промежуточный контроль результатов освоения.

3.1 Формы текущего контроля

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении курса обучения.

Текущий контроль результатов освоения дисциплины в соответствии с рабочей программой и календарно-тематическим планом происходит при использовании следующих обязательных форм контроля:

- проверка выполнения самостоятельной работы студентов,
- устный опрос
- тестирование
- письменный опрос

Тестирование направлено на проверку владения терминологическим аппаратом и конкретными знаниями в области по дисциплине. Тестирование занимает часть учебного занятия (20-30 минут), правильность решения разбирается на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем.

На практических занятиях осуществляется защита представленных рефератов, а также сдача нормативов.

Проверка выполнения самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов – это планируемая учебная, учебно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, при этом носящая сугубо индивидуальный характер.

Проверка выполнения письменных работ. Письменный опрос проводится с целью контроля усвоенных умений и знаний и последующего анализа типичных ошибок и затруднений, обучающихся в конце изучения темы или раздела. Согласно календарно-тематическому плану дисциплины предусмотрено проведение следующих контрольных работ:

- Письменный опрос №1 по разделу 1 Организационные и содержательные основы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
- Письменный опрос №2 по разделу 2 Методика секционных занятий и совершенствование различных сторон подготовки спортсмена.

Сводная таблица по применяемым формам и методам текущего контроля и оценки результатов обучения

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения:	
У-1 - использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;	Проверка самостоятельной работы Устный опрос тема: 1.3 вопросы № 1-8 Решение ситуационных задач 1-18 Кейс-задания 11,12,13,14
У-2- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;	Проверка самостоятельной работы. Письменный опрос №1 вопрос 4 Решение ситуационных задач 1-18
У-3- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;	Проверка самостоятельной работы Решение ситуационных задач 1-18
У-4- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;	Проверка самостоятельной работы Решение ситуационных задач 1-18 Кейс-задания- 8

У-5- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;	Проверка самостоятельной работы Решение ситуационных задач 1-18
У-6- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;	Проверка самостоятельной работы. Письменный опрос №1 вопрос 5 Решение ситуационных задач 1-18 Кейс-задания 3,4,5,9
Усвоенные знания:	
З-1- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;	Проверка самостоятельной работы Устный опрос тема: 1.3 вопросы № 1-8 Письменный опрос №1 вопрос 3 Тесты 1-10, 29-34
З-2- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;	Проверка самостоятельной работы Тема 1.2 вопросы № 1-4 Письменный опрос №1 вопрос 1-3 Тесты № 11-28,43-58
З-3- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;	Проверка самостоятельной работы Письменный опрос №2 1-3 Устный опрос тема: 2.1 вопросы 1-9 Тесты № 59-74
З-4- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;	Проверка самостоятельной работы Тесты № 97-100
З-5- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;	Проверка самостоятельной работы Тесты № 75-96
З-6- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;	Проверка самостоятельной работы Устный опрос тема: 2.6 вопросы 1-4 Тесты № 35-42 Кейс-задания 3
З-7- виды документации,	Проверка самостоятельной работы

обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению.	Тесты № 29-34 Кейс-задания 1,2,
--	------------------------------------

3.2 Форма промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Организация физкультурно-спортивной работы» – диф.зачет 6 сем. Экзамен 7 семестр.

Обучающиеся допускаются к сдаче экзамена при выполнении всех видов самостоятельной работы, практических и контрольных работ, предусмотренных рабочей программой и календарно-тематическим планом дисциплины «Организация физкультурно-спортивной работы».

I. Общие положения

1. Фонды оценочных средств предназначены для проверки результатов освоения вида профессиональной деятельности (ВПД) выполнение составляющих его профессиональных и общих компетенций, программы подготовки специалистов среднего звена по специальности «Физическая культура»

Формой аттестации по профессиональному модулю является квалификационный экзамен.

Форма проведения экзамена *выполнение заданий*

выполнение заданий, защита портфолио, защита курсовой работы (проекта).

Форму проведения квалификационного экзамена выбирают, исходя из специфики профессионального модуля. Желательно, чтобы студент продемонстрировал владение профессиональными компетенциями, выполняя задания непосредственно на экзамене квалификационном.

Защита портфолио или курсовой работы используется, если при этом студент демонстрирует владение большей частью или всеми профессиональными компетенциями.

2. Формы контроля и оценивания элементов профессионального модуля

Заполняется таблица 1.1 в соответствии с учебным планом специальности

Таблица 1.1.

Элемент	Форма контроля и оценивания	
	Промежуточная аттестация	Текущий контроль
МДК .01.01.	<i>Дифференцированный</i>	<i>Наблюдение за выполнением</i>

	<i>зачет, Экзамен</i>	<i>практических, лабораторных работ; курсового проекта (работы). Контроль результата выполнения практических работ, самостоятельной работы. Защита лабораторных работ, курсового проекта (работы). Тестирование Контрольные работы</i>
МДК n
УП
ПП	Дифференцированный зачет	<i>Наблюдение за выполнением работ на производственной практике</i>

Далее размещаются ФОС по каждому МДК, УП и ПП.

Вопросы к экзамену

1. Понятие о ЛФК и массаже.
2. Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных формах патологии.
3. Краткая история развития ЛФК.
4. Краткая история развития массажа.
5. Общая характеристика и классификация физических упражнений (гимнастические упражнения).
6. Общая характеристика и классификация физических упражнений (идеомоторные, изометрические упражнения, упражнения на тренажерах, дозированные игры).
7. Общая характеристика и классификация физических упражнений (спортивноприкладные упражнения и упражнения в посылке импульсов).
8. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК.
9. Способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК.
10. Средства и формы проведения ЛФК.
11. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности.
12. Показания, противопоказания и факторы риска в лечебной физкультуре.
13. Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.
14. Методы оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения ЛФК.
15. Временные нормы нагрузки лечебной культуры.
16. Квалификационная характеристика специалиста по лечебной физкультуре (общие знания, умения и навыки).
17. Гигиенические основы массажа. Массажный кабинет и его оборудование.
18. Гигиенические требования к массажисту и к пациенту.
19. Классификация, виды и формы массажа
20. Методы массажа.
21. Влияние массажа на кожу и нервную систему.
22. Влияние массажа на мышцы, суставы, связки, сухожилия.
23. Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы.
24. Влияние массажа на дыхательную систему, обмен веществ и функцию выделения.
25. Действие массажа на функциональное состояние организма.
26. Показания и противопоказания к проведению массажа.

27. Методика проведения массажа.
28. Общая характеристика массажных приемов.
29. Физиологическое влияние приема поглаживания. Техника основных и вспомогательных приемов. Методические указания и ошибки при выполнении.
30. Физиологическое влияние приема растирание. Техника основных и вспомогательных приемов. Методические указания и ошибки при выполнении.
31. Физиологическое влияние приема разминание. Техника основных и вспомогательных приемов. Методические указания и ошибки при выполнении.
32. Физиологическое влияние приема вибрации. Техника основных и вспомогательных приемов. Методические указания и ошибки при выполнении.
33. Сочетание лечебного массажа и физиопроцедур.
34. Лечебный массаж.
35. Спортивный массаж.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Понятие о ЛФК.
2. Комплекс знаний, необходимых для специалистов ЛФК.
3. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
4. Классификация физических упражнений, используемых с лечебной целью.
5. Характеристика гимнастических упражнений, используемых с лечебной целью.
6. Характеристика упражнений на координацию.
7. Характеристика упражнений на растягивание.
8. Характеристика упражнений на расслабление.
9. Характеристика упражнений на равновесие.
10. Характеристика дыхательных упражнений.
11. Характеристика спортивных упражнений, применяемых с лечебной целью.
12. Характеристика лечебно-бытовых упражнений.
13. Характеристика различных форм проведения ЛФК.
14. Характеристика игр, используемых с лечебной целью.
15. Понятие и классификация двигательных режимов, используемых в ЛФК.
16. Характеристика двигательных режимов на этапах клинического выздоровления (щадающий и тонизирующий режимы).
17. Характеристика двигательных режимов на этапах функционального выздоровления (восстановительный и тренирующий режимы).
18. Принципы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК.
19. Оценка эффективности занятий ЛФК.
20. Особенности занятий физической культурой с лицами пожилого и старческого возраста с учетом возрастных изменений ЦНС.
21. Особенности занятий физической культурой с лицами пожилого и старческого возраста с учетом возрастных изменений дыхательной системы. Особенности занятий физической культурой с лицами пожилого и старческого возраста с учетом возрастных изменений сердечно-сосудистой системы.

Примерные темы рефератов

1. Адаптация к физическим упражнениям.
2. Баня и сауна как средство реабилитации в спорте.
3. ЛФК при бронхиальной астме.
4. ЛФК при холецистите.
5. Восточные системы оздоровления.
6. Применение сегментарного массажа в ЛФК.

7. Применение точечного массажа в ЛФК.
8. Дыхательная гимнастика при заболеваниях легких.
9. Коррекционные упражнения при грудном сколиозе
10. Двигательная активность во время беременности.
11. Занятия физической культурой и спортом при близорукости.
12. Активная и пассивная кинезитерапия в лечебной физической культуре.
13. Лечебная гимнастика при ишемической болезни сердца.
14. ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы
15. Применение ЛФК в лечении гинекологических заболеваний.
16. Лечебная физическая культура при сколиозе.
17. Влияние массажа на кожу и мышцы.
18. Применение массажа в спорте.
19. Цель и методика подготовительного массажа в легкой атлетике.
20. Цель и методика восстановительного массажа в тяжелой атлетике.
21. Влияние массажа на кровеносную, дыхательную, опорно-двигательную и нервную системы человека.
22. Лечебная физическая культура при сахарном диабете.
23. Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата.
24. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
25. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
26. Средства лечебной физической культуры.
27. Лечебная физическая культура при детском церебральном параличе.
28. Сколиозы. Профилактика сколиозов у детей средствами ЛФК.
29. Значение и приемы самомассажа.
30. Лечебная физическая культура при заболеваниях органа зрения.
31. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов.
32. Лечебные эффекты оздоровительного бега и возможный вред.
33. Лечебная физическая культура при плоскостопии.
34. Группы здоровья в лечебной физической культуре.
35. Оздоровительные дыхательные методики.
36. Оздоровительная ходьба в лечебной физической культуре.

Тесты

1. Специальные упражнения в иммобилизованной нижней конечности при переломе бедра включают все перечисленное, за исключением:
 - а) динамических упражнений в коленном суставе +
 - б) изометрического напряжения мышц стопы и голени
 - в) динамических упражнений для пальцев стопы
2. В качестве функциональных проб у детей 2-3 классов рекомендуется использовать:
 - а) ортостатическую пробу, степ-тест +
 - б) урок физкультуры
 - в) пробу Мартине-Кушелевского
3. Температура воздуха в помещении для массажа должна быть не ниже:
 - а) 22 гр.С

- б) 18гр.С
- в) 20гр.С +

4. Спортсмены, имеющие положительную динамику ЭКГ на прием блокаторов — адреноэргических рецепторов назначают все перечисленное, кроме:

- а) изоптина и панангина +
- б) рибоксина
- в) индерала

5. Блокирование позвоночника это:

- а) ограничение подвижности по отношению к вертикальной оси
- б) ограничение подвижности по отношению к горизонтальной оси
- в) обратимое ограничение его подвижности в двигательном сегменте +

6. К особенностям методики лечебной гимнастики у больных неврозом с преобладанием процессов торможения относятся:

- а) общая активизация больного +
- б) физические упражнения направлены на активность больного во вне, а не на себя +
- в) физические упражнения направлены на активность больного на себя, а не во вне

7. Количество позвоночно-двигательных сегментов составляет:

- а) 22
- б) 20
- в) 23 +

8. Противопоказаниями к назначениями контрастного душа и местных ножных ванн является:

- а) гипертоническая болезнь 2 стадии с частыми кризами, состояние после инсульта
- б) тромбоз и повышенная свертываемость крови
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

9. Методика массажа при травматических повреждениях позвоночника в постиммобилизационном периоде включает все перечисленное, кроме:

- а) основные приемы классического массажа мышц спины вне очага поражения
- б) легкие сегментарно-рефлекторные воздействия на паравертебральные зоны пораженного отдела позвоночника
- в) энергичный массаж зоны травмы +

10. Рекомендуемыми видами физической активности для детей неврозом и психопатиями с преобладанием процессов возбуждения нервной системы относятся:

- а) гимнастика Йогов, плавание
- б) атлетическая гимнастика
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

11. Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных движений используются:

- а) сопротивления, оказываемого самим больным, движения с амортизатором +
- б) напряжение мышц сгибаемой или разгибаемой конечности упражнений на расслабление
- в) идеомоторные упражнения

12. Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного:

- а) 30 минут
- б) 20 минут +
- в) 15 минут

13. Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде:

- а) исключаются активные движения головой во все стороны +
- б) исключаются статические дыхательные упражнения
- в) исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление

14. Основные приемы массажа при артритах в периоде затухания обострения включают все перечисленные, кроме:

- а) растирания разгибательной поверхности сустава
- б) разминания близлежащих мышц и сухожилий
- в) растирания сгибательной поверхности сустава +

15. Устойчивое равновесие тела зависит от:

- а) проекции общего центра тяжести, которая должна падать ближе к центру площади опоры, увеличение площади опоры +
- б) проекции общего центра тяжести, которая должна падать ближе к краю площади опоры
- в) приподнимания общего центра тяжести над площадью опоры

16. Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:

- а) профилактика пневмонии
- б) предупреждение образования спаек +
- в) улучшение настроения

17. Массаж при пояснично-крестцовом остеохондрозе предусматривает воздействие на следующие области, кроме:

- а) массаж области крестца
- б) массаж поясничного и нижнегрудных спинномозговых сегментов
- в) массаж трапецевидных мышц +

18. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:

- а) тестирование физической работоспособности больного
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

19. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают все, кроме:

- а) определения индивидуальной толерантности больного к физической нагрузке
- б) определения физической нагрузки, соответствующей функциональному состоянию больного
- в) изменения режима больного +

20. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают:

- а) врачебный контроль за проведением процедур, консультации больных по вопросам ЛФК
- б) консультации лечащих врачей и среднего медперсонала по вопросам ЛФК, контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест занятий ЛФК

- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

21. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют:

- а) спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов и юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО +
- б) лица, занимающиеся массовой физкультурой
- в) учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием

22. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности, кроме:

- а) проведения коррекции режима движений больного
- б) определения методики проведения климатотерапевтических процедур при физических упражнениях +
- в) контроля проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК

23. Врач ЛФК больницы должен выполнять все, кроме:

- а) уточнения клинического диагноза больного
- б) обходов больных по отделениям с целью своевременного назначения на ЛФК
- в) самостоятельного изменения режима движений больных +

24. Термин «спортивная медицина» включает в себя:

- а) система медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом, изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
- б) метод определения функционального состояния спортсменов, метод наблюдений спортсменов на тренировках и соревнованиях
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

25. Врачебно-физкультурный диспансер имеет все следующие функции, кроме:

- а) диспансерного наблюдения спортсменов
- б) физической реабилитации спортсменов
- в) осмотра всех занимающихся физкультурой и спортом +

26. Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает в себя:

- а) врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник
- б) врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры, врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи по спорту ВФД и поликлиник +
- в) врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник

27. Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом являются:

- а) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- б) содействие физическому воспитанию населения, медицинское обеспечение всех спортивных мероприятий
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

28. Задачи врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включают все перечисленное, кроме:
- а) участия в санитарном надзоре за спортооружениями
 - б) врачебно-педагогических наблюдений на тренировках
 - в) лечения различных заболеваний у спортсменов +
29. Лечебная физкультура — это:
- а) научная дисциплина, лечебный метод
 - б) медицинская специальность, составная часть реабилитационного процесса
 - в) оба варианта верны +
 - г) нет верного ответа
30. Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая:
- а) активность больного в процессе лечения
 - б) метод специфической терапии +
 - в) метод патогенетической терапии
31. Массаж это:
- а) метод реабилитации, в основе которого лежит механическое воздействие на ткани и органы больного +
 - б) метод реабилитации, в основе которого лежит физическое воздействие на ткани и органы
 - в) метод реабилитации, в основе которого лежит природное воздействие на ткани и органы
32. Что вызывают массажные приёмы, воздействуя на лимфо- и кровоток (три верных ответа)?
- а) воздействие на местный лимфоток +
 - б) приток крови к массируемому участку +
 - в) замедление лимфообразования и лимфоотока
 - г) расширение капилляров +
 - д) сужение капилляров
 - е) ухудшение перераспределения крови
33. Что такое аурикулотерапия?
- а) воздействие на биологически активные точки кистей рук, стопы
 - б) воздействие на биологически активные точки ушной раковины +
34. Что включает массаж при нарушении сосудистого тонуса по гипертоническому типу?
- а) Массаж ШВЗ и затылочной области головы; +
 - б) Приемы мягкие, темп замедленный;
 - в) Приемы энергичные, темп средний и ускоренный;
 - г) Массаж нижних конечностей.
35. Что включает массаж по гипотоническому типу при нарушении сосудистого тонуса?
- а) Массаж ШВЗ и затылочной области головы;
 - б) Приемы мягкие, темп замедленный;
 - в) Приемы энергичные, темп средний и ускоренный; +
 - г) Массаж нижних конечностей.
36. От чего зависит результат воздействия массажа на организм человека?
- а) половой принадлежности массируемого

- б) продолжительности массажа +
- в) особенностей жировых отложений массируемого
- г) преобладания процессов возбуждения или торможения в центральной нервной системе +
- д) характера массажных приемов +

37. В каком виде проявляется гуморальный фактор физиологического механизма воздействия массажа на организм?

- а) образования в коже и поступления в кровь тканевых гормонов +
- б) растягивания, смещения, давления, приводящих к усилению циркуляции лимфы, крови, межтканевой жидкости

38. Приемы растирания включают:

- а) спиралевидное;+
- б) раздельно-последовательное;
- в) валяние.

39. Когда выполняется разминание руки массажиста:

- а) сдвигают кожу и подлежащие ткани;
- б) отжимают мышцы;+
- в) скользят по мышцам.

40. На что больше действует разминание?

- а) кожу;
- б) мышцы;+
- в) соединительную ткань;
- г) надкостницу.

41. В каком виде проявляется механический фактор физиологического механизма воздействия массажа на организм?

- а) образования в коже и поступления в кровь тканевых гормонов
- б) растягивания, смещения, давления, приводящие к усилению циркуляции лимфы, крови, межтканевой жидкости +

42. В чем выражается тонизирующее действие массажа?

- а) в ускорении тока крови и лимфы, что способствует улучшению доставки клеткам тканей кислорода и других питательных веществ
- б) в торможении деятельности центральной нервной системы, вызванное умеренным, ритмичным и продолжительным раздражением экстеро- и проприорецепторов
- в) в усилении процессов возбуждения в центральной нервной системе +
- г) в активизации биоэнергетики мышц, повышении образования ацетилхолина, что ведет к ускорению передачи нервного возбуждения на мышечные волокна

43. Чем снимаются болезненные ощущения, которые возникают при выполнении вибрации?

- а) прекращением массажа;
- б) глубоким ритмичным растиранием;
- в) ритмичным поверхностным поглаживанием.+

44. Приемы вибрации следующие (выберите лишнее):

- а) пунктирование;

- б) Поколачивание;
- в) Штрихование;
- г) Валяние.+

45. Какая температура в кабинете массажа оптимальная?

- а) 18-20 градусов;
- б) 20 — 23 градусов;+
- в) 16-20 градусов.

46. С какого возраста начинают массаж здорового ребенка 1-го года жизни:

- а) С рождения;
- б) С 1,5 месяцев;+
- в) С 6 месяцев.

47. Лечебная физкультура — это:

- а) лечебный метод
- б) медицинская специальность
- в) научная дисциплина
- г) составная часть реабилитационного процесса

48. Понятие лечебной физической культуры соответствует термин:

- а) физическая реабилитация
- б) кинезотерапия
- в) рефлексотерапия
- г) механотерапия

49. При назначении ЛФК врач обязан:

- а) определить диагноз
- б) уточнить лечебные задачи
- в) подобрать средства медикаментозного лечения
- г) провести исследования функционального состояния и физической подготовленности больного
- д) провести дополнительные исследования

50. В клинике внутренних болезней лечебная физкультура используется в:

- а) лечебной физкультуре
- б) утренней гимнастики
- в) лечебной гимнастики
- г) элементов спортивных упражнений
- д) игр

51. Лечебная гимнастика имеет следующие разделы:

- а) вводного
- б) основного
- в) заключительного
- г) тренирующего
- д) щадящего

52. Возможны следующие двигательные режимы:

- а) постельный
- б) палатный
- в) свободный
- г) щадящий

д) переходный

53. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает:

- а) упражнения для мелких мышечных групп
- б) упражнения для средних мышечных групп
- в) упражнения для крупных мышечных групп
- г) упражнения для тренировки функции равновесия
- д) упражнения на координацию

54. К двигательным режимам в санатории относятся:

- а) щадящий и щадяще-тренирующий
- б) постельный
- в) тренирующий
- г) палатный
- д) свободный

55. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме относятся:

- а) лечебная гимнастика
- б) дозированная ходьба
- в) малоподвижные игры
- г) бег «трусцой»
- д) тренировка на велотренажере

56. Пассивными называют упражнения, выполняемые:

- а) с незначительным активным движением и волевым усилием со стороны больного
- б) с помощью инструктора без усилия больного
- в) с посторонней помощью при выраженном волевом усилии больного
- г) самим больным с помощью здоровой руки или ноги
- д) на велотренажере

Решение ситуационных задач

1. Больной Ж., 28 лет, мастер спорта по марафонскому бегу, последние три месяца жалуется на: тахикардию (90 ударов в минуту), головную боль, повышение артериального давления до 150/90 мм.рт.ст. Врачом поликлиники диагностирована гипертоническая болезнь 1 стадии. Больной направлен в кабинет ЛФК. Какие средства и формы ЛФК показаны больному и их ориентировочная дозировка?

2. Больной Д., 23 лет, мотогощик, во время соревнований получил закрытый поперечный перелом бедра. Лечение наружной иммобилизацией тазобедренной гипсовой повязкой. Через 2 месяца после снятия гипсовой повязки направлен в кабинет ЛФК. Какие исследования нужно провести больному до начала лечения в кабинете ЛФК? Какая частота пульса в момент занятий ЛФК будет оптимальной у больного при занятиях ЛФК, если пульс покоя 70 ударов в минуту?

3. Больная М., 18 лет, обратилась в поликлинику. Жалобы на боли в спине. При осмотре определяется мышечно-реберное выбухание в области грудного отдела. Рентгенологически угол отклонения позвоночника вправо в грудном отделе 56гр. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

4. Больной С., 24 года, находится в терапевтическом отделении с диагнозом: хронический обструктивный бронхит в стадии обострения. Объективно: состояние удовлетворительное. Жалобы на затрудненное дыхание, непродуктивный кашель. Кожные покровы обычной окраски. При аускультации легких выслушиваются сухие свистящие хрипы. Температура 36,8°C. ЧДД – 23 в мин., ЧСС – 68 уд./мин. АД – 125/75 мм рт. ст.

Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

5. Больной П., 48 лет, находится на стационарном лечении в терапевтическом отделении с диагнозом: сухой плеврит. Пациент жалуется на боли в правом боку при дыхании, кашель, невозможность ночного сна на левом боку. Объективно: сознание ясное, кожные покровы бледные, температура 37,6°C, ЧДД – 29 в мин, учащенное, поверхностное, боли на высоте вдоха, кашель с выделением небольшого количества мокроты. АД – 120/80 мм рт. ст., ЧСС – 85 уд./мин. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

6. Больной Б., 34 года, предъявляет жалобы на кашель с отделением серозной мокроты, небольшого количества по утра, повышенную температуру тела 37,4°C – вечером. В отделении находится в течение 10 дней, где лечится по поводу очаговой пневмонии. Объективно: дыхание свободное, ЧДД – 20 в мин., грудная клетка обычной формы, ЧСС – 78 уд./мин., АД – 110/70 мм рт. ст. Живот не увеличен, стул и мочеиспускание в норме. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

7. Больная К., 49 лет, жалуется на резкую одышку, кашель с отделением незначительного количества слизистой мокроты, резкую общую слабость. Страдает приступами удушья в течение 4-х лет. Объективно: состояние средней тяжести, сознание ясное, кожные покровы бледные, пациентка не может ходить из-за выраженной одышки. Выдох удлинен, слышно шумное дыхание. ЧДД – 24 в мин., ЧСС – 100 уд./мин., АД – 140/90 мм рт. ст. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

8. Больной Д., 45 лет, предъявляет жалобы на усиливающийся по утрам кашель с отделением слизистой мокроты, одышку. Курит в течение 25 лет. Объективно: состояние средней тяжести, сознание ясное, кожные покровы обычной окраски. При аускультации – дыхание жесткое, выслушиваются сухие свистящие хрипы. ЧДД – 22 в мин., ЧСС – 90 уд./мин., АД 130/80 мм рт. ст. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

9. Больная Н., 78 лет, находится в кардиологическом отделении с диагнозом: ИБС: нестабильная стенокардия. Рентгенологически двусторонняя пневмония. При аускультации – дыхание жесткое, выслушиваются сухие свистящие хрипы. ЧДД – 26 в мин., ЧСС – 92 уд./мин., АД 130/80 мм рт. ст. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

10. Больная И., 30 лет, поступила в стационар с statusastmaticus. После курса интенсивной терапии состояние улучшилось. Объективно: состояние средней тяжести. Кожные покровы бледные. На расстоянии слышны сухие свистящие хрипы. ЧДД – 28 в мин. ЧСС – 96 уд./мин., АД – 100/70 мм рт. ст. Оцените функциональное состояние, определите показания и противопоказания для занятий ЛФК. Назначьте рациональный двигательный режим, методику лечебной физкультуры и массажа.

3. Результаты освоения профессионального модуля, подлежащие проверке

В результате аттестации по профессиональному модулю комплексная проверка общих и профессиональных компетенций профессионального модуля осуществляется в форме оценки качества выполнения **заданий на квалификационном экзамене**:

Планируемые результаты освоения образовательной программы	Этап	Показатели и критерии оценивания результатов обучения				Вид оценочного средства
		1.	2.	3.		
		неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
	1 этап: Знания					<i>Устный опрос</i>
	2 этап: Умения				
	3 этап: Иметь практический опыт					<i>Решение ситуационных задач</i>
	1 этап: Знания					<i>Устный опрос</i>
	2 этап: Умения				
	3 этап: Иметь практический опыт					<i>Решение ситуационных задач</i>
	1 этап: Знания					<i>Устный опрос</i>
	2 этап: Умения					<i>Тестовые задания</i>
	3 этап: Иметь практический опыт					<i>Решение ситуационных задач</i>

В таблице указываются профессиональные и общие компетенции в соответствии с ФГОС по специальности, а также дополнительные компетенции, введенные при разработке ООП

Профессиональные компетенции указываются в соответствии с рабочей программой профессионального модуля.

К моменту завершения обучения по профессиональному модулю должны быть сформированы все профессиональные компетенции, обеспечивающие выполнение соответствующего вида профессиональной деятельности.

Общие компетенции – результат освоения целостной ОП.

В качестве косвенного свидетельства овладения студентами компетенциями на экзамен квалификационный предоставляются материалы с практики.

4. Структура контрольно-оценочных средств для квалификационного экзамена

4.1. Перечень вопросов, выносимых на квалификационный экзамен:

- 1.
- 2.
- 3.

4.2. Практические задания:

- 1.
- 2.
- 3.