

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Умаров Марат Файзуллаевич
Должность: Директор
Дата подписания: 18.02.2026 09:51:15
Уникальный программный ключ:
48505f11ec15acaa386f5219d3115d727feda78

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Елабужский институт (филиал) КФУ



УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
образовательной деятельности
С.Ю. Бахвалов
2025 г.
МП

Программа дисциплины (модуля)
Физическая реабилитация в спорте

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль) подготовки (специальности): Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)
Квалификация: бакалавр
Форма обучения: очное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
 - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
 - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, кандидат биологических наук Мустафина Р.Г. (Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, Отделение психологии и педагогики).

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ОПК-6.1	Знать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.2	Уметь использовать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ОПК-6.3	Владеть психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ПК-3	Готов к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач
ПК-3.1	Знать средства, методы и функции оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры; анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физической культуры и спорта.
ПК-3.2	Уметь составлять комплексы оздоровительно-рекреационных упражнений; оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок; применять методы врачебно-педагогического контроля при проведении оздоровительно-рекреационных мероприятий и спортивных тренировок.
ПК-3.3	Владеть методами тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

- инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- средства и методы оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.

Должен уметь:

- использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.

Должен владеть:

- инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в области физической культуры и спорта.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.08.07 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка))" и относится к обязательным дисциплинам.

Осваивается на 5 курсе в 10 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных(ые) единиц(ы) на 216 часа(ов).

Контактная работа - 72 часа(ов), в том числе лекции - 32 часа(ов), практические занятия - 40 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 108 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 36 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 10 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	С е м е с тр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Переутомление и хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов и физическая реабилитация.	10	4	4	0	12
2.	Тема 2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии. Понятие о травме.	10	4	6	0	12
3.	Тема 3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	10	4	4	0	12
4.	Тема 4. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.	10	4	6	0	12
5.	Тема 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения.	10	4	4	0	12
6.	Тема 6. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки и брюшной полости. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	10	4	6	0	16
7.	Тема 7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах и послеродовой период. ЛФК при гинекологических	10	4	4	0	16

	заболеваниях. Анатомо-физиологическая характеристика детского организма.					
8.	Тема 8. Оздоровительные системы физической культуры. Физиотерапия в системе физической реабилитации. Психотерапия в системе физической реабилитации.	10	4	6	0	16
	Итого 108 часа		32	40	0	108

4.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Переутомление и хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма у спортсменов и физическая реабилитация

Переутомление и перетренированность. Типы перетренированности. Профилактика перетренированности. Симптомы и условия возникновения двух видов перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение. Синдром необъяснимого снижения работоспособности. Биохимические показатели перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Структурные изменения сердца у занимающихся спортом. Хроническое физическое перенапряжение системы пищеварения. Наиболее часто встречающиеся заболевания органов системы пищеварения у спортсменов и физкультурников. Двигательная реабилитация. Хроническое физическое перенапряжение системы мочевого выделения. Заболевания системы мочевого выделения у спортсменов и двигательная реабилитация. Хроническое физическое перенапряжение системы крови и иммунной системы и вопросы реабилитации.

Тема 2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии. Понятие о травме и травматической болезни. Физическая реабилитация при переломах длинных трубчатых костей и костей плечевого пояса. Физическая реабилитация при повреждениях суставов. Физическая реабилитация при переломах позвоночника и таза. Физическая реабилитация при травмах кисти и стоп. Физическая реабилитация при челюстно-лицевых травмах, повреждениях ЛОР-органов и глаз. Основные принципы реабилитации спортсменов при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии.

Основные специфические заболевания и острые повреждения опорно-двигательного аппарата при занятиях спортом. Область стопы, область лодыжки (растяжения голеностопного сустава, болезнь Diaz, подвывих сухожилий малоберцовых мышц). Область голени (растяжения и разрывы икроножных мышц и ахиллова сухожилия, периостит большеберцовой кости, переломы костей голени). Область колена (растяжение связок коленного сустава, передней крестообразной связки, повреждение мениска, тендиниты сухожилия надколенника и четырехглавой мышцы). Область бедра (переломы, болезнь Легг-Кальве-Пертеса, растяжение и разрыв квадрицепса и мышц задней поверхности бедра). Область спины (растяжения и разрывы мышц и связок спины, плоский позвонок. Этапы комплексной реабилитации спортсменов. Этап медицинской реабилитации. Этап спортивной реабилитации. Этап спортивной тренировки. Физические факторы восстановления. Лечебная физическая культура. Методы контроля и оценки эффективности лечения.

Тема 3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при атеросклерозе. Физическая реабилитация при ишемической болезни сердца. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда. Физическая реабилитация при гипертонической болезни. Физическая реабилитация при гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии. Физическая реабилитация при приобретенных пороках сердца. Физическая реабилитация при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.

Тема 4. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. Физическая реабилитация при бронхиальной астме. Физическая реабилитация при эмфиземе легких. Физическая реабилитация при бронхите и бронхоэктатической болезни. Физическая реабилитация при пневмонии. Физическая реабилитация при плевритах. Физическая реабилитация при пневмосклерозе.

Тема 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения. Физическая реабилитация при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Физическая реабилитация при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости. Физическая реабилитация при расстройствах обмена веществ. Физическая реабилитация при заболеваниях суставов. Физическая реабилитация при заболеваниях органов мочевого выделения. Игры при заболеваниях внутренних органов (дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной систем).

Тема 6. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки и брюшной полости. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на сердце, крупных сосудах и легких. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости.

Характеристика изменений при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация при церебро-васкулярной патологии. Физическая реабилитация при травматической болезни спинного мозга. Физическая реабилитация при остеохондрозе позвоночника. Физическая реабилитация при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Физическая реабилитация при черепно-мозговой травме. Физическая реабилитация при неврозах. Игры для больных при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

Тема 7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в родах и послеродовой период. ЛФК при гинекологических заболеваниях. Анатомо-физиологическая характеристика детского организма в разные возрастные периоды. Реабилитация детей с врожденной аномалией развития. Реабилитация детей при возрастных инфекционных заболеваниях и их профилактика. Реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у детей. Реабилитация детей с заболеваниями органов дыхания. Реабилитация детей при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Подвижные игры в системе реабилитации детей. Основные изменения в организме женщины в период беременности. Гимнастика в период беременности. Гимнастика в родах. Гимнастика в послеродовой период. ЛФК при гинекологических заболеваниях.

Тема 8. Оздоровительные системы физической культуры. Физиотерапия в системе физической реабилитации. Психотерапия в системе физической реабилитации. Оздоровительные системы восточного типа: ха-тха йога, цигун. Оздоровительные системы западного типа: система физических упражнений Купера, система Изотон, система оздоровления по П.К. Иванову. Применение постоянного, переменного тока, ультразвука, магнитотерапии, светолечения, теплотечения, водолечения, ингаляций в системе восстановления физиологических функций организма человека. Факторы лечебного действия психотерапии в эмоциональной и когнитивной сферах. Типы отношения к болезни. Личностные реакции на болезнь, аггравация, симуляция, диссимуляция. Уровни внутренней картины болезни: сенсорный, эмоциональный, когнитивный и поведенческий. Основные понятия: энергии (органа), мышечный панцирь, заземление. Основные приемы: работа с дыханием (брюшное дыхание), напряженные позы, динамические упражнения. Рациональные и иррациональные суждения, основные иррациональные суждения, принцип действия. Изменения эмоций через изменение мыслей.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке Елабужского института КФУ. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки Елабужского института КФУ.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Журнал: Теория и практика физической культуры: <http://teoriya.ru/ru>

Журнал: Вестник педагогики физической культуры и спорта: <http://www.ped-vestnik.ru/>

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: <https://www.gto.ru/>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	Работа на лекциях предполагает активное участие студента. В начале лекции необходимо уяснить цель, которую лектор ставит перед собой и студентами. Важно внимательно слушать лектора, отмечать наиболее существенную информацию и кратко записывать ее в тетрадь. Сравнить то, что услышано на лекции с прочитанным и усвоенным ранее, укладывать новую информацию в собственную, уже имеющуюся, систему знаний. По ходу лекции важно подчеркивать новые термины, устанавливать их взаимосвязь с понятиями. Если лектор приглашает к дискуссии, необходимо принять в ней участие. Если на лекции студент не получил ответа на возникшие у него вопросы, необходимо в конце лекции задать их лектору. Дома необходимо прочитать записанную лекцию, подчеркнуть наиболее важные моменты, составить словарь новых терминов, составить план доказательства каждой теоремы и перечислить все используемые при ее доказательстве утверждения.
практические занятия	Практические занятия способствуют углубленному изучению наиболее сложных проблем изучаемой дисциплины и служат основной формой подведения итогов самостоятельной работы студентов. На практических занятиях студенты учатся грамотно грамматически и лексически излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, осуществлять диалогические высказывания в рамках заданной темы, а также профессионально и качественно выполнять практические задания по темам и разделам дисциплины. Все это помогает приобрести навыки и умения, необходимые современному специалисту и способствует развитию профессиональной компетентности. В качестве важного компонента обучения иностранным языкам выделяются учебные умения у студентов, необходимые для успешной учебной деятельности: -наблюдать за тем или иным языковым явлением в иностранном языке, сравнивать и сопоставлять языковые явления в иностранном языке и родном; -сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей; -обобщать полученную информацию; -оценивать прослушанное и прочитанное; -фиксировать основное содержание сообщений; -формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения;

	<p>-формулировать тезисы; -подготовить и представить сообщения, доклад, презентацию; -работать в паре, в группе, взаимодействуя друг с другом; -пользоваться реферативными и справочными материалами; -обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам; -пользоваться словарями различного характера. С целью эффективной подготовки необходимо использовать рекомендуемые учебные пособия и материалы, а также авторитетные словари английского языка различного типа, включая как печатные, так и электронные версии.</p>
самостоятельная работа	<p>Работу по подготовке устного монологического высказывания по определенной теме следует начать с изучения тематических текстов-образцов. В первую очередь необходимо выполнить фонетические, лексические и лексико-грамматические упражнения по изучаемой теме, усвоить необходимый лексический материал, прочитать и перевести тексты-образцы, выполнить речевые упражнения по теме. Затем на основе изученных текстов нужно подготовить связное изложение, включающее наиболее важную и интересную информацию. Формы СРС над устной речью:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фонетические упражнения по определенной теме; - лексические упражнения по определенной теме; - фонетическое чтение текста-образца; - перевод текста-образца; - речевые упражнения по теме; - подготовка устного монологического высказывания по определенной теме (объем высказывания - 15-20 предложений).
экзамен	<p>Студент, сдающий экзамен, должен знать свои права и обязанности. Ему предоставляется право самостоятельного выбора билета. После того, как билет студентом взят, он имеет право и обязан 2-3 минуты вчитываться в содержание вопросов билета с тем, чтобы определить общее содержание вопросов и мысленно представить общее направление их полного раскрытия во время подготовки к ответу. Если для студента оказались непонятны вопросы (вопрос), он имеет право обратиться за разъяснением к преподавателю, который обязан в общих чертах объяснить экзаменуемому непонятное, не раскрывая конкретно содержание вопросов. Записи ответов должны быть по возможности краткими, последовательными, четкими. Лучше составить развернутый план ответов на вопросы с указанием фамилий, цифр, дат, цитат и тезисов, что организует ответ и обеспечит логическую последовательность в изложении материала, Ответ студента экзаменатору должен быть конкретным, содержательным и исчерпывающим. На экзаменах студент должен показать свои собственные знания, поэтому пользоваться чужой помощью категорически запрещается. Методика подготовки к сдаче зачета и экзамена одинакова и состоит из двух взаимосвязанных этапов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Регулярное посещение всех учебных занятий в течение всего семестра: семинарских занятий, консультаций и т.п., а также активное изучение рекомендованной литературы, отработка (в случае необходимости) в установленные сроки всех пропущенных учебных занятий. 2. Непосредственная подготовка к зачету и экзамену, когда студенту нужно в короткий срок (2-4 дня) охватить весь изученный материал по предмету и успешно сдать зачет, а потом экзамен. А для того, чтобы это успешно сделать, студент, в первую очередь, должен мысленно в спокойной обстановке вспомнить весь материал, изученный за семестр, с тем, чтобы выявить разделы курса (предмета) слабо изученные или плохо понятые при первоначальном изучении с целью устранения пробелов в своих знаниях. Для успешной подготовки к экзаменам студенту необходимо составить себе своеобразный рабочий график, в котором отразился бы последовательный переход от темы к теме, от раздела к разделу. Во время подготовки к экзаменам могут появиться вопросы. Их нужно записать и получить ответ на предэкзаменационных консультациях. Причин, по которым студент мог бы не посетить консультацию, не должно быть. Ибо на этих консультациях преподаватель интересуется, как студентами изучены темы, пройденные в учебном процессе, при необходимости он разъясняет отдельные вопросы этих тем. <p>Иногда преподаватель делает сжатый обзор важнейших тем курса, отмечает те вопросы, на которые студенты, ранее сдававшие экзамен, отвечали плохо. Во время подготовки к экзамену студенту необходимо просмотреть и собственные конспекты прослушанных лекций и самостоятельно проработанных тем семинарских занятий. Это позволит ему восстановить в памяти ранее изученные положения, выявить пробелы в своих знаниях и восполнить их из других источников. Значение предэкзаменационных консультаций очень велико. Они призваны: 1) помочь устранить пробелы в знаниях; 2) помочь систематизировать весь ранее изученный материал; 3) информировать студентов о новейших сведениях по тому предмету, который изучен последним.</p>

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

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 32 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Напольная меловая доска 1 шт. Стенды настенные 8 шт.

Ноутбук Lenovo ideapad 330 1 шт. Проектор EPSON EB-535W 1 шт. Интерактивная доска EliteBoard WR-84A10 1 шт. Выход в Интернет, внутривизуовская компьютерная сеть, доступ в электронную информационно-образовательную среду. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт. (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Азина, д. 98 ауд. 12)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 66 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Кафедра (трибуна) 1 шт. Проектор с экраном 1 шт. Меловая доска. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт. (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Казанская, д. 89 ауд. 8)

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки "Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)".

Приложение №1
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.О.08.07 – Физическая реабилитация в спорте

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Казанский (Приволжский) федеральный университет»
Елабужский институт (филиал)

**Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
Б1.О.08.07 – Физическая реабилитация в спорте**

Направление подготовки: 44.03.05 – Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)
2. Критерии оценивания сформированности компетенций
3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию
4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания
- 4.1. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**
- 4.1.1. Устный опрос
 - 4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
 - 4.1.1.2. Критерии оценивания
 - 4.1.1.3. Содержание оценочного средства
- 4.1.2. Письменная работа
 - 4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания
 - 4.1.2.2. Критерии оценивания
 - 4.1.2.3. Содержание оценочного средства
- 4.2. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
- 4.2.1. Экзамен
 - 4.2.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
 - 4.2.1.2. Критерии оценивания
 - 4.2.1.3. Оценочные средства

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций для данной дисциплины	Результаты достижения компетенций	Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации
<p>ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>ОПК-6.1 Знать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-6.2 Уметь использовать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-6.3 Владеть психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>Знает: инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>Умеет: использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>Владеет: инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>Текущий контроль: Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 7. Письменная работа: Тема 6; Тема 8.</p> <p>Промежуточная аттестация: Экзамен</p>
<p>ПК-3 Готов к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач</p>	<p>ПК-3.1 Знать средства, методы и функции оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры; анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физической культуры и спорта</p> <p>ПК-3.2 Уметь составлять комплексы оздоровительно-рекреационных упражнений; оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок; применять методы врачебно-педагогического контроля при проведении оздоровительно-рекреационных мероприятий и спортивных тренировок</p>	<p>Знает средства и методы оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>Умеет оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.</p> <p>Владеет методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-</p>	<p>Текущий контроль: Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 7. Письменная работа: Тема 6; Тема 8.</p> <p>Промежуточная аттестация: Экзамен</p>

	ПК-3.3 Владеть методами тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности	педагогического контроля в области физической культуры и спорта.	
--	--	--	--

2. Критерии оценивания сформированности компетенций

Компетенция	Зачтено			Не зачтено
	Высокий уровень (отлично) (86-100 баллов)	Средний уровень (хорошо) (71-85 баллов)	Низкий уровень (удовлетворительно) (56-70 баллов)	Ниже порогового уровня (неудовлетворительно) (0-55 баллов)
ОПК-6	Демонстрирует знания инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;	Испытывает сложности в знаниях инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;	Демонстрирует отрывочные в знаниях инновационных психолого-педагогических технологий, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Не знает инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
	Способен самостоятельно использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Демонстрирует умение использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Испытывает сложности в умении использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Не умеет использовать инновационные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
	Владеет инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Демонстрирует владение инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Владеет некоторыми инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Не владеет инновационными психолого-педагогическими технологиями, необходимыми для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ПК-3 Готов к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач	Демонстрирует знания средств и методов оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.;	Испытывает сложности в знаниях средств и методов оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические и гигиенические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.;	Демонстрирует отрывочные знания средств и методов оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.;	Не знает средства и методы оздоровительно-рекреационной, реабилитационной физической культуры, а также анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы занимающихся физической культурой и спортом.
	Умеет оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.	Демонстрирует способность оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.	Испытывает трудности в демонстрации умения оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.	Не умеет оценивать эффективность физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных занятий и спортивных тренировок.
	Владеет методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в области физической культуры и спорта.;	Демонстрирует способность владения методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в области физической культуры и спорта.	Испытывает трудности владения методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в области физической культуры и спорта.	Не владеет методикой тестирования в рамках оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта, а также методами врачебно-педагогического контроля в области физической культуры и спорта.

3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию

10 семестр:

Текущий контроль:

1. Устный опрос по темам 1,2,3,4,5,7– 30 баллов
2. Письменная работа по темам 6,8– 20 баллов

Промежуточная аттестация – экзамен

Промежуточная аттестация проводится после завершения изучения дисциплины или ее части в форме, определяемой учебным планом образовательной программы с целью оценить работу обучающегося, степень усвоения теоретических знаний, уровень сформированности компетенций.

Промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в форме устного ответа обучающегося.

Преподаватель, принимающий экзамен обеспечивает случайное распределение вариантов экзаменационных (зачетных) заданий между обучающимися с помощью билетов и

вправе задавать обучающемуся дополнительные вопросы и давать дополнительные задания помимо тех, которые указаны в билете.

Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

Итого: 25 баллов + 25 баллов = 50 баллов

Виды оценок:

Для экзамена:

Отлично (86-100 баллов)

Хорошо (71-85 баллов)

Удовлетворительно (56-70 баллов)

Неудовлетворительно (0-55 баллов)

4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания

4.1. Оценочные средства текущего контроля

4.1.1. Устный опрос

4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания

Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя. Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.

4.1.1.2. Критерии оценивания

25-30 баллов ставится, если обучающийся:

В ответе качественно раскрыл содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

18-24 баллов ставится, если обучающийся:

Основные вопросы темы раскрыл. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

11-17 баллов ставится, если обучающийся:

Тему частично раскрыл. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

0-10 баллов ставится, если обучающийся:

Тему не раскрыл. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

4.1.1.3. Содержание оценочного средства

Формулировка задания

Устный опрос по 1 теме: Устный опрос по пройденной теме: Переутомление и перетренированность. Типы перетренированности. Профилактика перетренированности. Симптомы и условия возникновения двух видов перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение. Синдром необъяснимого снижения работоспособности. Биохимические показатели перетренированности. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Структурные изменения сердца у занимающихся спортом. Хроническое физическое перенапряжение системы пищеварения. Наиболее часто встречающиеся заболевания органов системы пищеварения у спортсменов и физкультурников.

Двигательная реабилитация. Хроническое физическое перенапряжение системы мочевого выделения. Заболевания системы мочевого выделения у спортсменов и двигательная реабилитация. Хроническое физическое перенапряжение системы крови и иммунной системы и вопросы реабилитации.

Устный опрос по 2 теме: Устный опрос по пройденной теме: Понятие о травме и травматической болезни. Физическая реабилитация при переломах длинных трубчатых костей и костей плечевого пояса. Физическая реабилитация при повреждениях суставов. Физическая реабилитация при переломах позвоночника и таза. Физическая реабилитация при травмах кисти и стоп. Физическая реабилитация при челюстно-лицевых травмах, повреждениях ЛОР-органов и глаз. Основные принципы реабилитации спортсменов при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии. Основные специфические заболевания и острые повреждения опорно-двигательного аппарата при занятиях спортом. Область стопы, область лодыжки (растяжения голеностопного сустава, болезнь Diaz, подвывих сухожилий малоберцовых мышц). Область голени (растяжения и разрывы икроножных мышц и ахиллова сухожилия, периостит большеберцовой кости, переломы костей голени). Область колена (растяжение связок коленного сустава, передней крестообразной связки, повреждение мениска, тендиниты сухожилия надколенника и четырехглавой мышцы). Область бедра (переломы, болезнь Легг-Кальве-Пертеса, растяжение и разрыв квадрицепса и мышц задней поверхности бедра). Область спины (растяжения и разрывы мышц и связок спины, плоский позвонок. Этапы комплексной реабилитации спортсменов. Этап медицинской реабилитации. Этап спортивной реабилитации. Этап спортивной тренировки. Физические факторы восстановления. Лечебная физическая культура. Методы контроля и оценки эффективности лечения.

Устный опрос по 3 теме: Устный опрос по пройденной теме: Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при атеросклерозе. Физическая реабилитация при ишемической болезни сердца. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда. Физическая реабилитация при гипертонической болезни. Физическая реабилитация при гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии. Физическая реабилитация при приобретенных пороках сердца. Физическая реабилитация при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.

Устный опрос по 4 теме: Устный опрос по пройденной теме: Физическая реабилитация при бронхиальной астме. Физическая реабилитация при эмфиземе легких. Физическая реабилитация при бронхите и бронхоэктатической болезни. Физическая реабилитация при пневмонии. Физическая реабилитация при плевритах. Физическая реабилитация при пневмосклерозе.

Устный опрос по 5 теме: Устный опрос по пройденной теме: Физическая реабилитация при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Физическая реабилитация при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости. Физическая реабилитация при расстройствах обмена веществ. Физическая реабилитация при заболеваниях суставов. Физическая реабилитация при заболеваниях органов мочевого выделения. Игры при заболеваниях внутренних органов (дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной систем).

Устный опрос по 7 теме: Устный опрос по пройденной теме: Анатомо-физиологическая характеристика детского организма в разные возрастные периоды. Реабилитация детей с врожденной аномалией развития. Реабилитация детей при возрастных инфекционных заболеваниях и их профилактика. Реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у детей. Реабилитация детей с заболеваниями органов дыхания. Реабилитация детей при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Подвижные игры в системе реабилитации детей. Основные изменения в организме женщины в период беременности. Гимнастика в период беременности. Гимнастика в родах. Гимнастика в послеродовой период. ЛФК при гинекологических заболеваниях.

4.1.2. Письменная работа

4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания

Обучающиеся получают задание по освещению определённых теоретических вопросов или решению задач. Работа выполняется письменно и сдаётся преподавателю. Оцениваются владение материалом по теме работы, аналитические способности, владение методами, умения и навыки, необходимые для выполнения заданий.

4.1.2.2. Критерии оценивания

15-20 баллов ставится, если обучающийся:

Правильно выполнены все задания. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

9-14 баллов ставится, если обучающийся:

Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продемонстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

3-8 баллов ставится, если обучающийся:

Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьёзные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

0-2 баллов ставится, если обучающийся:

Задания выполнены менее чем наполовину. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.

4.1.2.3. Содержание оценочного средства

Формулировка задания

Письменная работа по теме № 6.

Письменная работа по пройденной теме: Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на сердце, крупных сосудах и легких. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости. Характеристика изменений при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация при цереброваскулярной патологии. Физическая реабилитация при травматической болезни спинного мозга. Физическая реабилитация при остеохондрозе позвоночника. Физическая реабилитация при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Физическая реабилитация при черепно-мозговой травме. Физическая реабилитация при неврозах. Игры для больных при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

Письменная работа по теме № 8.

Письменная работа по пройденной теме: Оздоровительные системы восточного типа: ха-тха йога, цигун. Оздоровительные системы западного типа: система физических упражнений Купера, система Изотон, система оздоровления по П.К. Иванову. Применение постоянного, переменного тока, ультразвука, магнитотерапии, светолечения, теплотечения, водолечения, ингаляций в системе восстановления физиологических функций организма человека. Факторы лечебного действия психотерапии в эмоциональной и когнитивной сферах. Типы отношения к болезни. Личностные реакции на болезнь, аггравация, симуляция, диссимуляция. Уровни внутренней картины болезни: сенсорный, эмоциональный, когнитивный и поведенческий. Основные понятия: энергии (органа), мышечный панцирь, заземление. Основные приемы: работа с дыханием (брюшное дыхание), напряженные позы, динамические упражнения. Рациональные и иррациональные суждения, основные иррациональные суждения, принцип действия. Изменения эмоций через изменение мыслей.

4.2. Оценочные средства промежуточной аттестации

4.2.1. Экзамен

4.2.1.1. Порядок проведения.

По дисциплине предусмотрен экзамен. Экзамен проходит по билетам. В каждом билете два вопроса.

Экзамен нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку. Экзамен проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.

4.2.1.2. Критерии оценивания.

21-25 баллов ставится, если обучающийся:

Обучающийся продемонстрировал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

16-20 баллов ставится, если обучающийся:

Обучающийся продемонстрировал полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

11-15 баллов ставится, если обучающийся:

Обучающийся продемонстрировал знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

0-10 баллов ставится, если обучающийся:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

4.2.1.3. Оценочные средства.

билет: устные ответы на 2 вопроса

1. Понятие о реабилитации. Средства медицинской и физической реабилитации. Этапы физической реабилитации у спортсменов.

2. Раскройте содержание следующих средств ЛФК: гимнастические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, малоподвижные и спортивные игры, трудотерапия, естественные факторы природы, массаж.

3. Лечебный массаж. Методы лечебного массажа. Каковы методические особенности лечебного массажа? Общие показания и противопоказания к проведению лечебного массажа. Сочетание лечебного массажа с различными физиотерапевтическими процедурами и ЛФК. Дайте представление о видах лечебного массажа. Расскажите о сегментарно-рефлекторном массаже.

4. Дайте определение понятию «травма» и «травматическая болезнь». Назовите виды травм. Травматический шок.

5. Основные принципы реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата.

6. Методика реабилитации у спортсменов при травмах позвоночника и костей таза.

7. Методика реабилитации у спортсменов при травмах верхних и нижних конечностей.

8. Сроки возобновления тренировок после перенесенных травм.

9. Значение очагов хронической инфекции в возникновении заболеваний у спортсменов.

10. Классификация причин заболеваний у спортсменов. Классификация причин внезапных смертей у спортсменов.
11. Понятие переутомления, перетренированности, хронического физического напряжения у спортсменов. Особенности физической реабилитации при хроническом физическом перенапряжении сердечно-сосудистой системы.
12. Физическая реабилитация при соединительнотканной дисплазии сердца.
13. Нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы у спортсменов при нерациональных занятиях спортом. Физическая реабилитация при нарушениях сердечного ритма у спортсменов.
14. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы у спортсменов. Особенности физической реабилитации при перенапряжении дыхательной системы у спортсменов.
15. Особенности реабилитации при хроническом физическом перенапряжении системы неспецифической защиты и иммунитета.
16. Особенности физической реабилитации при перенапряжении системы мочевого выделения.
17. Особенности физической реабилитации при перенапряжении системы крови у спортсменов.
18. Факторы риска спортивных травм. Распространенность спортивных травм. Каковы основные причины травматизма в спорте. В каких видах спорта чаще наблюдаются повреждения мениска?
19. В каких случаях применяются растирки и спортивные крема? Перечислите и расскажите какие растирки применяются в спорте?
20. Каковы основные принципы применения минеральных вод?
21. Клинические признаки триады женщины-спортсменки (нервная анорексия, аменорея, остеопороз).
22. Острые патологические состояния в спорте.
23. Задачи и методика физической реабилитации при заболеваниях органов системы выделения. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов системы выделения, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам? Какие методы физиотерапии применяют при заболеваниях органов системы выделения?
24. Задачи и методика физической реабилитации при заболеваниях органов пищеварения. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам? Какие методы физиотерапии применяют при заболеваниях органов пищеварения?
25. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при гипертонической болезни? Каковы задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам при гипертонической болезни?
26. Задачи и методика физической реабилитации на стационарном этапе при инфаркте миокарда. Задачи и методика физической реабилитации на санаторном этапе при инфаркте миокарда. Задачи и методика физической реабилитации на поликлиническом этапе при инфаркте миокарда.
27. Экспертная оценка готовности спортсмена к тренировочно-соревновательным нагрузкам после травмы и операции.
28. Повреждения кисти и методы их лечения и реабилитации. Физическая реабилитация при переломах отдельных костей стопы. Физическая реабилитация при оперативном сшивании ахиллова сухожилия. Особенности физической реабилитации при челюстно-лицевых травмах.
29. Повреждения позвоночника. Причины возникновения и методы лечения компрессионных переломов позвоночника. Физическая реабилитация при компрессионных переломах шейных позвонков. Физическая реабилитация при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков.
30. Физическая реабилитация при переломе мыщелков бедра и большеберцовой кости. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в раннем послеоперационном лечении при менискэктомии. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов во втором периоде после менискэктомии. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в тренировочно-восстановительном периоде после менискэктомии.
31. Охарактеризуйте повреждения локтевого сустава. Внутрисуставной перелом локтевого сустава: задачи и методы физической реабилитации. Виды вывихов в локтевом суставе. Методика физической реабилитации при вывихах в локтевом суставе.
32. Виды повреждений коленного сустава. Физическая реабилитация при оперативном лечении разрыва крестообразных связок.

33. Перелом хирургической шейки бедра: задачи и методика физической реабилитации по трем периодам. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов после оперативного лечения привычного вывиха плеча. «Привычный вывих плеча», причины. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в первом периоде после оперативного лечения привычного вывиха плеча. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов во втором и третьем периодах после оперативного лечения привычного вывиха плеча.

34. Психология больного. Внутренняя картина болезни. Телесно-ориентированная психотерапия. Основные понятия рационально-эмотивной психотерапии.

Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Основная литература:

1. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - (Серия 'Национальные руководства'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970422328.html>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Миллер Л.Л. - М. : Человек, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131478.html>
3. Физиология: Учебное пособие / Ю.Н. Самко. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 144 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=452633>

Дополнительная литература:

1. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - (Серия 'Национальные руководства'). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html>
2. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Под ред. В.А. Елифанова/ - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2006. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5970402893.html>
3. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - Изд. 4-е, испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805687.html>
4. Медицина спорта высших достижений [Электронный ресурс] / Кулиненко О.С. - М. : Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723962.html>

Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очное
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Office Professional Plus 2010,
Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань" , доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.