

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего профессионального образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины



УТВЕРЖДАЮ

Проректор
по образовательной деятельности КФУ
Проф. Минзарипов Р.Г.

_____ 20__ г.

Программа дисциплины

Лечебная физическая культура и массаж ДПП.Ф.12

Специальность: 050720.65 - Физическая культура

Специализация: не предусмотрено

Квалификация выпускника: педагог по физической культуре

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Вахитов И.Х.

Рецензент(ы):

Зиятдинова А.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой:

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института физической культуры, спорта и восстановительной
медицины:

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No

Казань

2014

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) заведующий кафедрой, д.н. (профессор) Вахитов И.Х. кафедра медико-биологических основ физической культуры Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины, lldar.Vahitov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Цель дисциплины ? приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " ДПП.Ф.12 Дисциплины профильной подготовки" основной образовательной программы 050720.65 Физическая культура и относится к федеральному компоненту. Осваивается на 5, 6 курсах, 9, 11 семестры.

Студенты факультета ФК готовятся для работы в школе, средних и высших учебных заведениях, где им приходится проводить занятия в специальных группах, объединяющих учащихся с различными заболеваниями. Знания особенностей методики занятий физическими упражнениями с больными, механизмов лечебного действия ФУ необходимы им при работе с группами здоровья. Помимо этого, преподаватели и тренеры встречаются с необходимостью проведения занятий со спортсменами после травм и заболеваний. Поэтому в учебные планы институтов и факультетов ФК включена дисциплина лечебная физическая культура, изучающая вопросы организации, методики занятий ФУ-ми и механизмы их лечебного действия при самых различных заболеваниях и повреждениях.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

? повысить уровень знаний теории создания комплекса ЛФК

при различных нарушениях состояния здоровья и реабили?тации после травм;

? ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа;

? привить навыки практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний

и травм и для реабилитации.

2. должен уметь:

Студент должен знать:

-методику оздоровительных физкультурно-спортивных заня?тий с различными группами населения;

-методы и организацию комплексного физиологического психопедагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК;

-методы организации научно-исследовательской работы по ЛФК;

- особенности методической деятельности при массаже и ЛФК;

- анатомо-физиологические особенности реакций организма детей, подростков и взрослых при проведении ЛФК и массажа.

3. должен владеть:

Студент должен уметь:

- формулировать конкретные задачи ЛФК в физическом воспитании различных групп населения;
- провести экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы;
- сформулировать показания и противопоказания при назначении ЛФК при определенной патологии у конкретного человека;
- составить комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
- применять практические приемы проведения ЛФК и массажа (на базе клинической больницы)

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет зачетных(ые) единиц(ы) 160 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 9 семестре; экзамен в 11 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	Тема . Итоговая форма контроля	11		0	0	0	экзамен
	Тема . Итоговая форма контроля	9		0	0	0	зачет
	Итого			0	0	0	

4.2 Содержание дисциплины

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема . Итоговая форма контроля

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к зачету и экзамену:

Перечень вопросов к зачету

1. Оптимизация деятельности органов сердечно-сосудистой системы методами ЛФК и массажа.
2. Оптимизация деятельности центральной нервной системы пациентов методами ЛФК и массажа.
3. Оптимизация деятельности органов пищеварения методами ЛФК и массажа.
4. Использование методов ЛФК для профилактики преждевременного развития утомления у работников операторского профиля.
5. Использование методов ЛФК для профилактики преждевременного развития утомления у работников умственного труда.
6. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики преждевременного развития утомления у работников физического труда.
7. Использование методов ЛФК для борьбы с нарушениями обмена веществ у подростков и лиц молодого возраста.
8. Использование методов ЛФК для борьбы с нарушениями обмена веществ у лиц пожилого возраста.
9. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений у больных сердечно-сосудистыми заболеваниями.
10. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений у больных при острых инфекционных заболеваниях.
11. Использование методов ЛФК при почечно-каменной болезни.
12. Использование методов ЛФК у больных с хроническими инфекционными поражениями почек.
13. Использование методов ЛФК у больных с ревматическими поражениями суставов.
14. Использование методов ЛФК у больных для реабилитации после стрессов.
15. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при родах (в 1 и 2 половины срока).
16. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при сахарном и не сахарном диабетах.
17. Использование методов ЛФК для профилактики отеков при нарушении обмена веществ.
18. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при гипертонической болезни и вегетодистонии.
19. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических поражениях органов грудной и брюшной полостей.
20. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических повреждениях костей верхних и нижних конечностей.
21. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических повреждениях позвоночника.

Перечень вопросов к экзамену

1. Раскрыть методические основы лечебной физической культуры (ЛФК).
2. Общие клинико-физиологические основы лечебных физических упражнений.

3. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
4. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры.
5. Организация занятий по ЛФК в стационаре, поликлинике, санатории.
6. Лечебные виды массажа. Лечебный и спортивный массаж.
7. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого.
8. Показания и противопоказания к массажу.
9. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм.
10. Классификация физических упражнений в ЛФК.
11. Двигательные режимы.
12. Методы функциональной и патогенетической терапии.
13. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности.
14. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по ЧСС. Критерии допустимости нагрузок ЛФК.
15. Принципы тренировок в ЛФК: постоянность выполнения упражнений по предписанию врача, постепенность нарастания нагрузки и увеличения амплитуды движений.
16. Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.
17. Особенности влияния массажа на центральную нервную систему, крово- и лимфообращение и мышечную деятельность.
18. Массаж при различных заболеваниях и травмах.
19. Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению.
20. Гигиенический, лечебный, реабилитационный массаж.
21. Сегментарно-рефлекторный самомассаж, восточный и аппаратный массаж.
22. Использование поглаживания, растирания, разминания, вибрации.
23. Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний.
24. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния детей до 1 года.
25. Улучшение трофики тканей, обмена веществ, формирования опорно-двигательного аппарата, деятельности нервно-мышечной и нервной систем, повышение иммунитета.
26. Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях суставов.
27. Роль ЛФК при повышенных факторах риска заболеваний сердечно-сосудистой системы. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. ЛФК при болезнях сердечно-сосудистой системы. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца.
28. Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры.
29. Использование ЛФК в лечении и профилактике остеохондроза.
30. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. Этапная реабилитация больных инфарктом миокарда. Лечебная физкультура при гипер- и гипотонической болезни. Показания и противопоказания.
31. Лечебная физкультура при ревматизме и пороках сердца. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры на различных этапах восстановительного лечения.
32. Лечебная физкультура при болезнях органов дыхания. Показания и противопоказания.
33. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.
34. Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени.
35. Использование бесконтактного (биоэнергетического) и акустико-вибрационного массажа.
36. Методика ЛФК и массажа при неврозах.

37. Методика ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, спастических и вялых параличах и парезах, полиомиелите, неврозах.

7.1. Основная литература:

1. Лечебная физическая культура. - М.: Изд. центр "Академия" - 2006 г.
2. Бирюков А.А. Спортивный массаж. - М.: Изд. центр "Академия" - 2004 г.
3. Бирюков А.А. лечебный массаж. - М.: Изд. центр "Академия" - 2004 г.

7.2. Дополнительная литература:

1. Дубровский В.И. Движение для здоровья. ? М.: Знание, 1989.
2. Дубровский В.И. Энциклопедия массажа. ? М.: Флинта: Retorika-A, 1999. - 672 с.
3. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: Справочник. ?М.: Медицина, 1987.
4. Фонарева М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. ? Л.: Медицина, 1983.
5. Васечкин В.И. Справочник по массажу. ? Л.: Медицина, 1990.

7.3. Интернет-ресурсы:

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по специальности: 050720.65 "Физическая культура" и специализации не предусмотрено .

Автор(ы):

Вахитов И.Х. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Зиятдинова А.И. _____

"__" _____ 201__ г.