

Министерство образования, науки  
и молодежной политики Нижегородской области  
Государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Городецкий Губернский колледж»

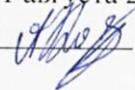
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры  
и массажа  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 Физическая культура**

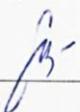
г. Городец, 2022

РАССМОТРЕНО

на заседании методической комиссии  
преподавателей ОБЖ и физической культуры

Протокол №1 от 31 августа 2022 г.

Председатель МК  /Косолюкин А.С./

Автор  /Молева И.Н./

Составлена в соответствии с ФГОС по  
специальности 49.02.01 Физическая  
культура

Заместитель директора по УМР

 /Гольчева Л.С./

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	17

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина относится к профессиональному циклу.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

#### **уметь:**

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно- педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа.

#### **знать:**

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК 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 детьми школьного возраста;
- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

#### **овладеть:**

*общими компетенциями, включающими в себя способность*

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК2. 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.
- ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

*профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности:*

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.
- ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.
- ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.
- ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.
- ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
- ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.
- ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
- ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен реализовать *личностные результаты (ЛР) программы воспитания:*

- ЛР1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
- ЛР2 Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций
- ЛР3 Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально

опасное поведение окружающих

- ЛР4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»
- ЛР5 Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России
- ЛР6 Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях
- ЛР7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
- ЛР8 Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства
- ЛР9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
- ЛР10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой
- ЛР11 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры
- ЛР14 Добросовестность и ответственность за результат учебной деятельности
- ЛР15 Демонстрация интереса к будущей профессии

### **1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 270 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной нагрузки обучающегося – 180 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 90 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>270</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>180</b>
в том числе:	
лекций	50
практические занятия	130
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>90</b>
<b>Форма аттестации по дисциплине – экзамен (4 семестр)</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 1. Основы врачебного контроля</b>		<b>73</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Общие основы организации врачебного контроля	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	Общие основы организации врачебного контроля. Предмет и задачи курса. Медицинское обследование занимающихся ФК и С. Понятия здоровье, болезнь, этиология. Заболевания и травмы при занятиях ФК и С. Профилактика спортивного травматизма. Травмы опорно-двигательного аппарата. Клинико-физиологическая характеристика травм. Основные принципы комплексной реабилитации детей после травм.	2	2
<b>Тема 1.2.</b> Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной группе здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной группе здоровья. Понятие медицинская группа здоровья. Понятие о физическом развитии. Методы исследования физического развития. Оценка результатов исследования физического развития. Функциональные пробы. Задачи, классификация. Врачебно-педагогические наблюдения за занимающимися ФК и С. Значение, задачи, формы и методы исследования используемые в ВПН.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным(соматометрические исследования).	2	2,3
	Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул.	2	2,3
	Определение пропорции телосложения.	2	
	Проведение функциональных проб по определению уровня работоспособности.	2	3
	Проведение врачебно-педагогического наблюдения за занимающимися ФК и С.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>8</b>	
	Определение с помощью простых физических упражнений гибкости тела. Определение наличия плоскостопия с помощью выполнения плантограммы. Проведение ортостатической пробы. Разработка презентации на тему «Врачебный контроль и распределение школьников по группам здоровья».	8	3

<b>Раздел 2. Основы лечебной физической культуры</b>		<b>131</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Общие основы лечебной физической культуры	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	Основные понятия. Краткая история развития ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. Оценка эффективности применения ЛФК в комплексном лечении. Механизм тонизирующего и трофического действия физических упражнений. Механизм нормализации патологически измененных функций и целостной деятельности организма. Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры. Средства лечебной физкультуры. Характеристика физических упражнений применяемых при лечении различных заболеваний. Дозировка физических упражнений. Формы и методы проведения занятий по лечебной физкультуре.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>6</b>	
	Подготовка докладов по теме «Общие основы лечебной физической культуры»	6	3
<b>Тема 2.2.</b> ЛФК в травматологии	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	ЛФК в травматологии. Понятие о травме. Травматическая болезнь. Обоснование лечебного применения физических упражнений. Характеристика периодов при травматической болезни ОДА. Период иммобилизации. Основы методики ЛФК в постиммобилизационном и восстановительных периодах. ЛФК при повреждении суставов. ЛФК при травмах у детей. Особенности проведения занятий.	4	1
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	Составление комплексов ЛФК при травматической болезни в восстановительном периоде.	2	2,3
	Проведение комплексов ЛФК при различных повреждениях ОДА у детей.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>8</b>	
Разработка комплексов лечебной гимнастики с учетом механизмов лечебного действия физических упражнений при повреждениях опорно-двигательного аппарата. Наблюдение за состоянием организма в ходе проведения занятий по ЛГ.	8	3	
<b>Тема 2.3.</b> ЛФК при нарушениях осанки и сколиозах	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	ЛФК при нарушениях осанки и сколиозах. Клинико-физиологическая характеристика развития нарушения осанки и сколиозов. Формы нарушения	4	1

	осанки. Понятие сколиотическая болезнь. Формы сколиотической болезни. Основные методы лечения. Средства ЛФК при нарушении осанки и сколиозе. Корректирующие упражнения. Вытяжения и коррекция. Основные задачи ЛФК. Особенности организации и проведения занятий ЛФК при нарушениях осанки и сколиозах. Понятие плоскостопие. Виды плоскостопия. Основы методики проведения лечебной гимнастики.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>20</b>	
	Составление комплекса лечебной гимнастики при нарушениях осанки.	2	2,3
	Составление комплекса лечебной гимнастики при нарушениях осанки.	2	2,3
	Проведение занятия по лечебной гимнастике при нарушениях осанки.	2	2,3
	Проведение занятия по лечебной гимнастике при нарушениях осанки.	2	2,3
	Проведение занятия по лечебной гимнастике при нарушениях осанки.	2	2,3
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при плоскостопии.	2	2,3
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при плоскостопии.	2	2,3
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при плоскостопии.	2	2,3
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при плоскостопии.	2	2,3
	Составление комплекса ЛФК при косолапости.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>9</b>	
	Составление презентации «Гидрокинезотерапия при нарушениях осанки и сколиозах». Подготовка сообщения на тему «Вертикальное и горизонтальное вытяжение в воде». Составление комплексов ЛГ с использованием корректирующих упражнений с предметами и безпредметов	9	3
<b>Тема 2.4. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Задачи ЛФК по периодам заболевания ССС. Основы ЛФК при пороках сердца. Основы ЛФК для детей больных ревматизмом. Средства и формы ЛФК по периодам. Основы проведения занятий с детьми, имеющие заболевания ССС.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях ССС в поддерживающем и тренирующем режимах.	2	2,3
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях ССС в поддерживающем и тренирующем режимах.	2	2,3

	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях ССС вподдерживающем и тренирующем режимах.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>	
	Подготовка сообщения «Показания и противопоказания к применению физических упражненийпри заболеваниях ССС».	2	3
<b>Тема 2.5.</b> ЛФК при заболеваниях органов дыхания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Клинико-физиологическая характеристика нарушений внешнего дыхания. Типы дыхания. Физические тренировки при заболеваниях органов дыхания. Основы ЛФК при пневмониях и бронхитах. Клинико-физиологическая характеристика заболевания бронхиальной астмой. Основы ЛФК и звуковой гимнастики при бронхиальной астме. Особенности применения средств физической культуры в лечении и реабилитации детей.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>	
	Организация и проведение лечебной гимнастики для детей, имеющих заболевания органовдыхания по методике Стрельниковой.	4	2,3
	Разработка занятий с учетом особенности организации занятий по нозологическому признаку со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	4	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>3</b>	
	Подготовка сообщения «Методики звуковой гимнастики и их влияние на организм»	3	3
<b>Тема 2.6.</b> ЛФК при заболеваниях пищеварительной системы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	ЛФК при заболеваниях пищеварительной системы. Клинико-физиологические обоснования применения ЛФК. Основы ЛФК при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Основы ЛФК при спланхноптозе. Основы ЛФК при болезнях печени и желчных путей.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях пищеварительной системы.	4	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>	
	Подготовка сообщения «Влияние циклических движений на организм при заболеванияхпищеварительной системы»	2	3
<b>Тема 2.7.</b> ЛФК при нарушениях	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	

обмена веществ	ЛФК при нарушениях обмена веществ. Клинико - физиологические обоснования применения ЛФК при нарушениях обмена веществ. Основы ЛФК при нарушениях углеводного обмена. Сахарный диабет Ожирение. Основы ЛФК при нарушении жирового обмена.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Составление комплекса лечебной гимнастики при нарушениях обмена веществ.	6	2,3
	Проведение комплекса ЛГ при нарушениях обмена веществ (деловые игры).	4	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>	
	Разработка комплексов с применением оздоровительной ходьбы и бега при нарушениях обмена веществ. Подготовка сообщений «Особенности занятий со школьниками, имеющими заболевания эндокринной системы».	8	3
<b>Тема 2.8.</b> ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы. Общие данные о заболеваниях периферической нервной системы. Основы ЛФК.	2	1
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Разработка комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы.	4	2,3
	Проведение занятий ЛФК при ДЦП	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>	
	Составление презентации на тему «Психотерапевтический эффект упражнений в воде при заболеваниях и травмах нервной системы». Составление комплекса лечебной гимнастики при ДЦП с применением тренажерных устройств и занятий в воде.	8	3
<b>Раздел 3. Основы массажа</b>		<b>87</b>	
<b>Тема 3.1.</b> История развития массажа	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	История возникновения и развития массажа. Развитие лечебного и оздоровительного массажа, его основатели. Развитие массажа в России. Вклад профессора – основоположника И.И. Скаркизова - Серазини в развитие спортивного, гигиенического и лечебного массажа. Школа русского массажа.	4	1
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>	
	Подготовка докладов по теме «История развития массажа»	2	3
<b>Тема 3.2.</b> Общая характеристика и понятие массажа. Гигиенические основы проведения	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	Общая характеристика и понятие массажа. Гигиенические основы проведения. Понятие массажа. Виды массажа. Гигиенический массаж, понятие. Лечебный	4	1

	массаж, его разновидности. Спортивный массаж, его разновидности. Самомассаж. Методика самомассажа. Гигиенические основы проведения массажа. Требования к помещению. Требования к массируемому. Требования к массажисту. Правила работы массажиста.		
<b>Тема 3.3.</b> Физиологическое влияние массажа на организм	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	Физиологическое влияние массажа на организм. Механизм действия массажа на организм. Влияние массажа на кожу. Влияние массажа на нервную систему. Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую систему. Влияние массажа на мышцы. Влияние массажа на суставочно -связочный аппарат. Влияние массажа на обмен веществ и функцию выделения.	2	1
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>	
	Подготовка сообщения по теме	4	3
<b>Тема 3.4.</b> Методика и последовательность проведения массажа с детьми школьного возраста	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	Методика и последовательность проведения массажа с детьми школьного возраста. Процедура массажа. Его этапы. Назначение и длительность массажа. Курс массажа. Три периода. Время проведения массажной процедуры отдельных областей тела. Методические особенности проведения занятий по ЛФК и массажу с детьми школьного возраста.	4	1
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Разработка процедуры и курса одного из видов массажа.	6	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>	
	Составление презентации «Упражнения ЛФК и особенности проведения занятий по массажу для детей школьного возраста» (в зависимости от заболевания).	6	3
<b>Тема 3.5.</b> Показания и противопоказания к применению массажа	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	Показания и противопоказания к применению массажа. Показания: заболевания сердечно-сосудистой системы, заболевания органов дыхания, травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата, заболевания и повреждения нервной системы, заболевания органов пищеварения, заболевания кожи, ЛОР-заболевания, заболевания глаз, нарушение обмена веществ, воспалительные заболевания в гинекологии и урологии. Противопоказания.	2	2
<b>Тема 3.6.</b> Основные приемы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	

массажа	Основные приемы массажа. Поглаживание. Физиологическое влияние. Методические указания. Ошибки. Техника основных и вспомогательных приемов.	10	2		
	Растирание. Физиологическое влияние. Методические указания. Ошибки. Техника основных и вспомогательных приемов.				
	Разминание. Физиологическое влияние. Методические указания. Ошибки. Техника основных и вспомогательных приемов.				
	Вибрация. Физиологическое влияние. Методические указания. Ошибки. Техника основных и вспомогательных приемов.				
	Движение. Физиологическое влияние. Методические указания. Ошибки. Техника основных и вспомогательных приемов.				
	<b>Практические занятия</b>			<b>56</b>	
	Выполнение основных приемов массажа. Поглаживание.			2	2,3
	Выполнение основных приемов массажа. Поглаживание.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Растирание.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Растирание.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Разминание.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Разминание.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Вибрация.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Вибрация.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Движение.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа. Движение.	2	2,3		
	Выполнение основных приемов массажа в комплексе.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний.	2	2,3		
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж головы.	2	2,3		
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж верхних конечностей.	2	2,3		
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж верхних конечностей.	2	2,3		
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж нижних конечностей.	2	2,3		

	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж нижних конечностей.	2	2,3
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж спины.	2	2,3
	Выполнение массажа отдельных областей тела. Массаж спины.	2	2,3
	Выполнение общего массажа тела.	2	2,3
	Выполнение общего массажа тела.	2	2,3
	Выполнение общего массажа тела.	2	2,3
	Выполнение самомассажа тела.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>24</b>	
	Выполнение основных приемов массажа.	24	3
	Выполнение массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.		
	Выполнение массажа отдельных областей тела.		
<b>Всего:</b>		<b>270</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебных кабинетов «Физиологии, анатомии и гигиены», «Лечебной физической культуры и врачебного контроля», «Массажа», лаборатории физической и функциональной диагностики.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- кушетки массажные;
- шкаф для оборудования;
- ковровое покрытие;
- зеркальная стенка;
- гимнастическая стенка;
- гимнастическая скамья;
- гимнастические палки;
- медболы;
- маты напольные.

Технические средства обучения:

- компьютер и мультимедиапроектор.

Оборудование лаборатории и рабочих мест лаборатории:

- весы медицинские;
- динамометр ручной;
- лента измерительная;
- спирометр;
- тонометр;
- фонендоскоп

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основные источники:

1. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495730>
2. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491421>

##### Дополнительные источники:

1. Вдовина Н. В. Организм человека: процессы жизнедеятельности и их регуляция: монография / Н. В. Вдовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 391 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-09214-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494648>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;</li> <li>- проводить простейшие функциональные пробы;</li> <li>- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);</li> <li>- использовать основные приемы массажа и самомассажа.</li> </ul>	<p>Промежуточный контроль - экзамен.</p> <p>Текущий контроль-экспертная оценка хода и результата выполнения практического задания по темам: Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным (соматометрические исследования).</p> <p>Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул</p> <p>Определение пропорции телосложения.</p> <p>Проведение функциональных проб по определению уровня работоспособности.</p> <p>Проведение врачебно- педагогические наблюдения за занимающимися ФК и С.</p> <p>Составление комплексов ЛФК при травматической болезни в восстановительном периоде</p> <p>Проведение комплексов ЛФК при различных повреждениях ОДА у детей.</p> <p>Составление комплекса лечебной гимнастики при нарушениях осанки.</p> <p>Проведение занятия по лечебной гимнастике при нарушениях осанки.</p> <p>Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при плоскостопии.</p> <p>Составление комплекса ЛФК при косолапости.</p> <p>Составление комплексов ЛГ с использованием корригирующих упражнений с предметами и безпредметов.</p> <p>Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях ССС.</p> <p>Организация и проведение лечебной гимнастики для детей, имеющих заболевания органов дыхания по методике Стрельниковой.</p> <p>Разработка занятий с учетом особенности организации занятий по нозологическому признаку со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p> <p>Составление комплекса и проведение лечебной гимнастики при заболеваниях пищеварительной системы</p> <p>Составление комплекса лечебной гимнастики при нарушениях обмена веществ.</p> <p>Проведение комплекса ЛГ при нарушениях обмена веществ.</p> <p>Составление комплекса лечебной гимнастики при ДЦП с применением тренажерных устройств и занятий в воде.</p> <p>Разработать процедуру и курсового из видов массажа. Выполнение основных приемов массажа.</p>

	<p>Разработка и выполнение приемов массажа в3 Выполнение массажа отдельных областей тела. <i>Текущий контроль. Самостоятельная работа:</i> Разработать комплексы с применением оздоровительной ходьбы и бега при нарушениях обмена веществ. Разработка комплексов лечебной гимнастики с учетом механизмов лечебного действия физических упражнений при повреждениях опорно-двигательного аппарата. Наблюдение за состоянием организма в ходе проведения занятий по ЛГ. Выполнение основных приемов массажа. Выполнение массажа при заболеваниях опорно - двигательного аппарата. Выполнение массажа отдельных областей тела.</p>
<p><b>знать:</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;</li> <li>- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;</li> <li>- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</li> <li>- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;</li> <li>- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;</li> <li>- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;</li> <li>- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li> <li>- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;</li> <li>- особенности коррекции нарушений в</li> </ul>	<p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p> <p><i>Текущий контроль</i> - экспертная оценка хода и результата выполнения практического задания по темам:  Определение гармоничности физического развития по антропометрическим данным (соматометрические исследования).  Оценка показателей физического развития с помощью расчетных формул  Определение пропорции телосложения.  Проведение функциональных проб по определению уровня работоспособности.</p> <p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p> <p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p> <p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p> <p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p>

<p>физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;</p> <p>- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</p> <p>- основные виды и приемы массажа.</p>	<p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен</p> <p><i>Промежуточный контроль</i> - экзамен.</p> <p><i>Текущий контроль</i> - экспертная оценка хода и результата выполнения практического задания по темам:</p> <p>Выполнение основных приемов массажа.          Разработка и выполнение приемов массажа в зависимости от показаний          Выполнение массажа отдельных областей тела.</p>
---	---