Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по образовательной
и международной деятельности
_____ / А.А. Кирсанкин /
«____»_____ 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):
Спортивная тренировка

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Курган 2026

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» составлена в соответствии с учебными планами по программе бакалавриата Физическая культура (Спортивная тренировка):

- для очной формы обучения, утвержденным 26 июня 2026 года;
- для очно-заочной формы обучения, утвержденным 26 июня 2026 года;
- для заочной формы обучения, утвержденным 26 июня 2026 года.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» 31 августа 2026 года, протокол № 1.

Рабочую программу составил
докт. биол. наук, профессор А.В. Речкалов

Согласовано:

Заведующий кафедрой
канд. биол. наук, доцент Д.А. Корюкин

Специалист по
учебно-методической работе Е.Н. Томилова

Начальник управления
образовательной деятельности
И.В. Григоренко

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 3 зачетных единицы трудоемкости (108 академических часов)

Очная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр 6
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часовв том числе:	**64**	**64**
Лекции	12	12
Практические занятия	52	52
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**44**	**44**
Подготовка к экзамену	27	27
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	17	17
Вид промежуточной аттестации	**Экзамен**	**Экзамен**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**108**	**108**

Очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр 6
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часовв том числе:	**18**	**18**
Лекции	6	6
Практические занятия	12	12
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**90**	**90**
Подготовка к экзамену	27	27
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	63	63
Вид промежуточной аттестации	**Экзамен**	**Экзамен**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**108**	**108**

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр 6
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часовв том числе:	**8**	**8**
Лекции	4	4
Практические занятия	4	4
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**100**	**100**
Подготовка к экзамену	27	27
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	73	73
Вид промежуточной аттестации	**Экзамен**	**Экзамен**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**108**	**108**

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

«Лечебная физическая культура и массаж» относится к обязательной части учебного плана (блок Б1). Дисциплине отводится ведущая роль в практической подготовке специалистов по физической культуре для работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в том числе с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья в центрах реабилитации, спортивно-оздоровительных клубах инвалидов, в специальных образовательных учреждениях, санаториях, домах отдыха, врачебно-физкультурных диспансерах.

На лекционных и практических занятиях ставится задача по формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по лечебной физической культуре, глубокому теоретическому осмыслению основ лечебного действия физических упражнений и естественных средовых факторов, а также привитие студентам умения практической реализации полученных знаний в различных образовательных учреждениях любого типа.

Курс «Лечебная физическая культура и массаж» тесно связан с учебными дисциплинами психолого-педагогического и медико-биологического циклов, интегрируя профессионально значимую информацию в процессе профессиональной подготовки специалистов по адаптивной физической культуре.

Важной является связь данной дисциплины с педагогическими и производственными практиками, так как именно на практике реализуются теоретические положения и отрабатываются практические умения и навыки будущих специалистов.

Отличительной особенностью данного курса является значительный практический курс с посещением действующего зала ЛФК и массажного кабинета лечебно-профилактическом учреждении в форме экскурсий, а также с целью отработки отдельных видов физических упражнений.

Структура программы предполагает последовательное и системное изложение учебного материала, что необходимо для понимания клинико-физиологических механизмов лечебного и профилактического действия физических упражнений.

Изучение дисциплины базируется на результатах обучения, сформированных при изучении следующих дисциплин:

- Анатомия;
- Возрастная физиология;
- Физиология;
- Спортивная медицина;
- Гимнастика и методика преподавания;

Требования к входным знаниям студентов:

- знать морфофункциональные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- знать клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений- иметь представление о физиологических, психолого-педагогических основах восстановления физической и общей работоспособности;

- уметь подбирать средства и методы лечебной физической культуры при различных отклонениях и заболеваниях;

- уметь дозировать физическую нагрузку в процессе занятий лечебной гимнастикой;

- владеть методикой проведения занятия лечебной физической культурой с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностей занимающихся с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья;

- владеть методикой врачебного контроля и самоконтроля при выполнении физических нагрузок.

Результаты обучения по дисциплине необходимы для выполнения выпускной квалификационной работы в части медико-биологического сопровождения образовательной и тренировочно-соревновательной деятельности, профилактики спортивного травматизма и восстановления функций организма, нарушенных в результате повреждений и заболеваний.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Целью изучения дисциплины является обучение методике применения физических упражнений в профилактике и лечении внутренних заболеваний и повреждений опорно-двигательного аппарата.

Задачами дисциплины являются:

- знакомство с основными закономерностями физического и психического развития организма на различных этапах онтогенеза, с понятием здоровья и здорового образа жизни, основными нозологическими единицами;

- овладение методами оценки воздействия физических упражнений на различные системы организма;

- обучение способам дозирования физических упражнений, методике составления комплексов лечебной гимнастики для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из рекомендуемого двигательного режима.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК – 1).

Индикаторы и дескрипторы части соответствующей компетенции, формируемой в процессе изучения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж», оцениваются при помощи оценочных средств.

Планируемые результаты обучения по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж», индикаторы достижения компетенции ПК-1, перечень оценочных средств

№ п/п	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Код планируемого результата обучения	Планируемые результаты обучения	Наименование оценочных средств
1.	ИД-1$_{ПК-1}$	Знать: клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений	З (ИД-1 $_{ПК-1}$)	Знает: основные принципы применения физических упражнений с лечебной целью	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена
2.	ИД-2 $_{ПК-1}$	Уметь: применять приемы и техники классического массажа	У (ИД-2 $_{ПК-1}$)	Умеет: грамотно использовать приемы и техники массажа для восстановления спортивной и физической работоспособности, а также при различных заболеваниях	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена
3.	ИД-3 $_{ПК-1}$	Владеть: методикой проведения занятия лечебной физической культурой с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностей занимающихся с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья	В (ИД-3 $_{ПК-1}$)	Владеет: навыками проведения занятия лечебной физической культурой	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план

Очная форма обучения

Номер раздела, темы		Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
			Лекции	Практические занятия
Рубеж 1	1	Организационно-методические основы лечебной физической культуры	2	4
	2	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	-	4
	3	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	2	4
	4	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	1,5	4
		Рубежный контроль №1	0,5	

Рубеж 2	5	ЛФК при нарушении обмена веществ	2	4
	6	ЛФК при заболеваниях суставов	-	4
	7	ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы	-	4
	8	ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	1,5	4
		Рубежный контроль №2	0,5	
Рубеж 3	9	Гигиенические основы массажа	-	4
	10	Классификация и системы массажа	-	4
	11	Характеристика приемов классического массажа	-	4
	12	Массаж при различных заболеваниях и травмах	1,5	8
		Рубежный контроль №3	0,5	
		Всего:	**12**	**52**

Очно-заочная форма обучения

Номер раздела, темы		**Наименование раздела, темы**	**Количество часов контактной работы с преподавателем**	
			Лекции	**Практические занятия**
Рубеж 1	1	Организационно-методические основы лечебной физической культуры	2	-
	2	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	-	2
	3	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	-	2
	5	ЛФК при нарушении обмена веществ	-	2
	8	ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	1,5	2
		Рубежный контроль №1	0,5	
Рубеж 2	11	Характеристика приемов классического массажа	-	2
	12	Массаж при различных заболеваниях и травмах	1,5	2
		Рубежный контроль №2	0,5	
		Всего:	**6**	**12**

Заочная форма обучения

Номер раздела, темы	**Наименование раздела, темы**	**Количество часов контактной работы с преподавателем**	
		Лекции	**Практические занятия**

8	ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	2	2
12	Массаж при различных заболеваниях и травмах	2	2
	Всего:	**4**	**4**

4.2. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Организационно-методические основы лечебной физической культуры.

История развития и общие основы лечебной физической культуры

Возникновение, становление и развитие ЛФК в мире и в России. Особенности метода ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Основные средства ЛФК. Классификация гимнастических упражнений. Спортивно-прикладные упражнения в ЛФК. Применение подвижных и спортивных игр в ЛФК. Формы и методы ЛФК. Дозирование нагрузки на занятии лечебной гимнастики.

Тема 2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Этиология и патогенез сердечно-сосудистых заболеваний. Механизмы лечебного действия ЛФК при сердечно-сосудистой патологии. Основы методики ЛФК при заболеваниях системы кровообращения. Особенности лечебной физической культуры при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, артериальной гипертензии, нейроциркуляторной дистонии.

Тема 3. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

Этиология и патогенез хронических неспецифических заболеваний легких (ХНЗЛ). Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Основы методики ЛФК, назначение двигательного режима, дозирование физических нагрузок на занятии. Разновидности дыхательных гимнастик. Специальные дыхательные упражнения. Особенности методики ЛФК при бронхиальной астме, бронхите и эмфиземе легких, пневмонии, бронхоэктатической болезни.

Тема 4. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения

Классификация заболеваний органов пищеварения: органические и функциональные, инфекционные и неинфекционные. Основные клинические проявления гастроэнтерологической патологии. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения. Особенности методики ЛФК при гастритах, энтеритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, дискинезиях кишечника и желчевыводящих путей, опущении органов брюшной полости.

Тема 5. ЛФК при нарушении обмена веществ

Основные виды нарушений обменных процессов. Клинико-физиологическое обоснование применения физических упражнений с лечебной целью при нарушениях обмена веществ. Назначение двигательного режима. ЛФК при нарушениях белкового обмена (подагра). ЛФК при нарушениях углеводного обмена (сахарный диабет). ЛФК при ожирении.

Тема 6. ЛФК при заболеваниях суставов

Этиология и патогенез заболеваний суставов. Классификация артритов и артрозов. Стадии динамики подвижности в суставе. Особенности методики проведения занятий ЛФК при артритах и артрозах. Использование ЛФК в комплексе с другими средствами физической реабилитации при заболеваниях в суставах.

Тема 7. ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы

Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях и повреждениях центральной и периферической нервной системы. Особенности методики ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, травматической болезни спинного мозга, остеохондрозе позвоночника.

Тема 8. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

ЛФК при статических деформациях опорно-двигательного аппарата. общие и частные задачи ЛФК при деформациях опорно-двигательного аппарата. Дефекты осанки в сагиттальной и фронтальной плоскости. ЛФК при сколиотической болезни. Корригирующая гимнастика: симметричные, асимметричные упражнения, упражнения на формирование навыка правильной осанки, лечение положением. ЛФК при деформации сводов стопы.

Тема 9. Гигиенические основы массажа. Условия проведения массажа. Требования, предъявляемые к массажисту и массируемому. Показания и противопоказания к применению массажа.

Тема 10. Классификация и системы массажа. Спортивный, лечебный, гигиенический и косметический массаж. Системы сегментарно-рефлекторного массажа (сегментарный, точечный, периостальный массаж). Системы классического массажа (шведский, финский, российский массаж). Методы и формы массажа.

Тема 11. Характеристика приемов классического массажа. Классификация приемов классического массажа. Техника и методика

выполнения приемов классического массажа и их физиологическое воздействие. Основные и вспомогательные приемы классического массажа (поглаживание, выжимание, разминание, растирание, сотрясающие приемы, ударные приемы, вибрация, движения).

Тема 12. Массаж при различных заболеваниях и травмах. Массаж при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. Массаж при заболеваниях и травмах нервной системы. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Массаж при заболеваниях органов дыхания. Массаж при нарушениях обмена веществ.

4.3. Практические занятия

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.		
			Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	заочная форма обучения
1	Организационно-методические основы лечебной физической культуры	Назначение двигательного режима	2		
		Дозирование физической нагрузки на занятии ЛФК	2		
2	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Оценка толерантности к физической нагрузке по показателям сердечно-сосудистой системы	2		
		ЛФК при инфаркте миокарда	2	2	
3	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	ЛФК при хронических неспецифических заболеваниях легких	2	2	
		Специальные дыхательные упражнения	2		
4	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	ЛФК при гастрите и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки	2	-	
		ЛФК при дискинезии кишечника и желчевыводящих путей	2	-	
5	ЛФК при нарушении обмена веществ	ЛФК при ожирении	2	2	
		ЛФК при нарушении углеводного обмена	2	-	

6	ЛФК при заболеваниях суставов	Основы методики ЛФК при артритах и артрозах	2		
		Оценка подвижности в пораженных суставах	2	-	
7	ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы	ЛФК при остеохондрозе	2	-	
		Оценка реабилитационного потенциала при остеохондрозе	2	-	
8	ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	ЛФК при дефектах осанки и сколиотической болезни	2	2	2
		ЛФК при плоскостопии	2		
9	Гигиенические основы массажа	Требования к массажисту и массируемому. Оборудование массажного кабинета	4		
10	Классификация и системы массажа	Методы массажа. Ручной массаж. Аппаратный массаж	4		
11	Характеристика приемов классического массажа	Техника выполнения основных и вспомогательных приемов классического массажа	4	2	
12	Массаж при различных заболеваниях и травмах	Массаж при травмах и повреждения опорно-двигательного аппарата	8	2	2
		Всего:	**52**	**12**	**4**

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний студенту рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Самостоятельно определить объем времени, необходимого для проработки каждой темы.

2. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.

3. Согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины.

4. По завершении отдельных тем передавать выполненные работы (рефераты, эссе) преподавателю. При успешном прохождении рубежных контрольных испытаний студент может претендовать на сокращение программы промежуточной (итоговой) аттестации по дисциплине.

На лекциях преподаватель дает общую характеристику рассматриваемого вопроса, различные научные концепции или позиции, которые есть по данной теме. Во время лекции рекомендуется составлять конспект, фиксирующий основные положения лекции и ключевые определения по пройденной теме. Преподавателем запланировано использование при чтении лекций технологии учебной дискуссии. Поэтому рекомендуется фиксировать для себя интересные моменты с целью их активного обсуждения на дискуссии в конце лекции.

При подготовке к практическому занятию обязательно требуется изучение дополнительной литературы по теме занятия. Преподавателем запланировано применение на занятиях технологий развивающейся кооперации, коллективного взаимодействия, разбора конкретных ситуаций. Поэтому приветствуется групповой метод выполнения практических работ и защиты отчетов, а также взаимооценка и обсуждение результатов.

Для теоретического и практического усвоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа студентов, которая может осуществляться студентами индивидуально и под руководством преподавателя. Самостоятельная работа студентов предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку студентов к каждому семинарскому и практическому занятию. Самостоятельная работа студентов является важной формой образовательного процесса. Она реализуется непосредственно в процессе аудиторных занятий, в контакте с преподавателем вне рамок расписания, а также в библиотеке, дома, при выполнении студентом учебных и творческих задач. Цель самостоятельной работы студентов - научить студента осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, заложить основы самоорганизации и самовоспитания с тем, чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

Самостоятельная работа должна соответствовать графику прохождения программы дисциплины. Самостоятельная работа по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» включает:

а) работу с первоисточниками;

б) подготовку устного выступления на практическом занятии;

в) подготовку к занятию в интерактивной форме;

г) работу с тестовыми заданиями;

д) подготовку выступлений на студенческих конференциях, для конкурсов студенческих работ;

е) подготовку к текущему, рубежному контролю и промежуточной аттестации по дисциплине.

При изучении каждой дисциплины организация самостоятельной работы студентов должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Аудиторная самостоятельная работа может реализовываться при проведении практических занятий, семинаров, выполнении лабораторного практикума и во время чтения лекций. На практических и семинарских занятиях различные виды самостоятельной работы позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части студентов в группе. Для проведения занятий необходимо иметь большой банк заданий и задач для самостоятельного решения, причем эти задания могут быть дифференцированы по степени сложности. Виды внеаудиторной самостоятельной работы студентов разнообразны: подготовка и написание рефератов, докладов, очерков и других письменных работ на заданные темы; выполнение домашних заданий разнообразного характера, подбор и изучение литературных источников; разработка и составление различных схем, выполнение графических работ, проведение расчетов и др.; выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие у студентов самостоятельности и инициативы.

Индивидуальное задание может получать как каждый студент, так и часть студентов группы; подготовка к участию в научно-теоретических конференциях, смотрах, олимпиадах и др. На каждом этапе самостоятельной работы следует разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.		
	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	14	55	73
Организационно-методические основы лечебной физической культуры	-	4	-
ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	2	4	-

ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	2	6	36
ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	-	4	-
ЛФК при нарушении обмена веществ	-	4	-
ЛФК при заболеваниях суставов	2	4	-
ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы	2	4	-
ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	2	6	-
Гигиенические основы массажа	2	4	-
Классификация и системы массажа	-	4	-
Характеристика приемов классического массажа	-	7	-
Массаж при различных заболеваниях и травмах	2	4	35
Подготовка к практическим занятиям (по 1 часу на каждое занятие)	-	6	2
Подготовка к рубежным контролям (по 1 часу на каждый рубеж)	3	2	
Подготовка к экзамену	27	27	27
Всего:	44	90	100

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности студентов в КГУ (для очной, очно-заочной формы обучения)
2. Отчеты студентов по практическим занятиям
3. Банк тестовых заданий к рубежным контролям № 1, 2, 3 (для очной, очно-заочной формы обучения)
4. Банк тестовых заданий к экзамену

6.2. Система балльно-рейтинговой оценки работы студентов по дисциплине

Очная форма обучения

№	Наименование		Содержание					
1	Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы **(доводятся до сведения**		Распределение баллов за 6 семестр					
		Вид учебной работы:	Посещение лекций	Выполнение и защита отчетов по практическим занятиям	Рубежный контроль №1	Рубежный контроль №2	Рубежный контроль №3	Экзамен
		Балльная оценка:	до 12	до 26	до 11	до 11	до 10	до 30

	студентов на первом учебном занятии)	Примечания:	до 1 балла за 2-х часовую лекцию	до 1 балла за 2-х часовое практич. занятие	на 4-й лекции	на 8-й лекции	на 12-й лекции	
2	Критерий пересчета баллов в традиционную оценку по итогам работы в семестре и зачета		60 и менее баллов – неудовлетворительно; 61…73 – удовлетворительно; 74… 90 – хорошо; 91…100 – отлично					
3	Критерии допуска к промежуточной аттестации, возможности получения автоматического зачета (экзаменационной оценки) по дисциплине, возможность получения бонусных баллов		Для допуска к промежуточной аттестации по дисциплине за семестр обучающийся должен набрать по итогам текущего и рубежного контролей не менее 51 балла. В случае если обучающийся набрал менее 51 балла, то к аттестационным испытаниям он не допускается. Для получения экзамена или зачета без проведения процедуры промежуточной аттестации обучающемуся необходимо набрать в ходе текущего и рубежных контролей не менее 61 балла. В этом случае итог балльной оценки, получаемой обучающимся, определяется по количеству баллов, набранных им в ходе текущего и рубежных контролей. При этом, на усмотрение преподавателя, балльная оценка обучающегося может быть повышена за счет получения дополнительных баллов за академическую активность. Обучающийся, имеющий право на получение оценки без проведения процедуры промежуточной аттестации, может повысить ее путем сдачи аттестационного испытания. В случае получения обучающимся на аттестационном испытании 0 баллов итог балльной оценки по дисциплине (модулю, практике) не снижается. За академическую активность в ходе освоения дисциплины (модуля, практики), участие в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности обучающемуся могут быть начислены дополнительные баллы. Максимальное количество дополнительных баллов за академическую активность составляет 30. Основанием для получения дополнительных баллов являются: - выполнение дополнительных заданий по дисциплине (модулю, практике); дополнительные баллы начисляются преподавателем; - участие в течение семестра в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности КГУ.					
4	Формы и виды учебной работы для неуспевающих (восстановившихся на курсе обучения) студентов для получения недостающих баллов в конце семестра		В случае если к промежуточной аттестации (экзамену) набрана сумма менее 51 балла, обучающемуся необходимо набрать недостающее количество баллов за счет выполнения дополнительных заданий, до конца последней (зачетной) недели семестра. Формы дополнительных заданий (назначаются преподавателем): - выполнение и защита пропущенной практической работы					

		(при невозможности дополнительного проведения практической работы преподаватель устанавливает форму дополнительного задания по тематике пропущенной практической работы самостоятельно) – до 8 баллов. Ликвидация академических задолженностей, возникших из-за разности в учебных планах при переводе или восстановлении, проводится путем выполнения дополнительных заданий, форма и объем которых определяется преподавателем.

очно-заочная форма обучения

№	Наименование		Содержание				
1	Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы **(доводятся до сведения студентов на первом учебном занятии)**		Распределение баллов за 6 семестр				
		Вид учебной работы:	Посещение лекций	Выполнение и защита отчетов по практическим занятиям	Рубежный контроль №1	Рубежный контроль №2	Экзамен
		Балльная оценка:	до 12	до 24	до 17	до 17	до 30
		Примечания:	до 4-х баллов за 2-х часовую лекцию	до 4-х баллов за 2-х часовое практич. занятие	на 2-й лекции	на 3-й лекции	
2	Критерий пересчета баллов в традиционную оценку по итогам работы в семестре и зачета		60 и менее баллов – неудовлетворительно; 61…73 – удовлетворительно; 74… 90 – хорошо; 91…100 – отлично				
3	Критерии допуска к промежуточной аттестации, возможности получения автоматического зачета (экзаменационной оценки) по дисциплине, возможность получения бонусных баллов		Для допуска к промежуточной аттестации по дисциплине за семестр обучающийся должен набрать по итогам текущего и рубежного контролей не менее 51 балла. В случае если обучающийся набрал менее 51 балла, то к аттестационным испытаниям он не допускается. Для получения экзамена или зачета без проведения процедуры промежуточной аттестации обучающемуся необходимо набрать в ходе текущего и рубежных контролей не менее 61 балла. В этом случае итог балльной оценки, получаемой обучающимся, определяется по количеству баллов, набранных им в ходе текущего и рубежных контролей. При этом, на усмотрение преподавателя, балльная оценка обучающегося может быть повышена за счет получения дополнительных баллов за академическую активность. Обучающийся, имеющий право на получение оценки без проведения процедуры промежуточной аттестации, может повысить ее путем сдачи аттестационного испытания. В случае получения обучающимся на аттестационном испытании 0 баллов итог балльной оценки по дисциплине (модулю, практике) не снижается. За академическую активность в ходе освоения дисциплины,				

		участие в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности обучающемуся могут быть начислены дополнительные баллы. Максимальное количество дополнительных баллов за академическую активность составляет 30. Основанием для получения дополнительных баллов являются: - выполнение дополнительных заданий по дисциплине (модулю, практике); дополнительные баллы начисляются преподавателем; - участие в течение семестра в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности КГУ.
4	Формы и виды учебной работы для неуспевающих (восстановившихся на курсе обучения) студентов для получения недостающих баллов в конце семестра	В случае если к промежуточной аттестации (экзамену) набрана сумма менее 51 балла, обучающемуся необходимо набрать недостающее количество баллов за счет выполнения дополнительных заданий, до конца последней (зачетной) недели семестра. Формы дополнительных заданий (назначаются преподавателем): - выполнение и защита пропущенной практической работы (при невозможности дополнительного проведения практической работы преподаватель устанавливает форму дополнительного задания по тематике пропущенной практической работы самостоятельно) – до 8 баллов. Ликвидация академических задолженностей, возникших из-за разности в учебных планах при переводе или восстановлении, проводится путем выполнения дополнительных заданий, форма и объем которых определяется преподавателем.

6.3. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Рубежные контроли и экзамен проводятся в форме письменного тестирования.

Перед проведением каждого рубежного контроля преподаватель прорабатывает со студентами основной материал соответствующих разделов дисциплины в форме краткой лекции-дискуссии.

Варианты тестовых заданий рубежных контролей № 1 и № 2 очной формы обучения состоят из 11 вопросов каждый (1 балл каждый вопрос), для рубежного контроля № 3 - из 10 вопросов (1 балл каждый вопрос).

Для очно-заочной формы обучения рубежные контроли №1 и № 2 включают по 17 вопросов каждый (1 балл каждый вопрос).

На каждое тестирование при рубежном контроле студенту отводится время не менее 30 минут.

Преподаватель оценивает в баллах результаты тестирования каждого студента по количеству правильных ответов и заносит в ведомость учета текущей успеваемости.

Экзаменационный тест состоит из 20 вопросов. За каждый правильный ответ начисляется 1,5 балла (20*1,5=30 баллов). Время, отводимое студенту на экзаменационный тест, составляет 1 астрономический час. Варианты экзаменационных тестов приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Результаты текущего контроля успеваемости и экзамена заносятся преподавателем в экзаменационную ведомость, которая сдается в деканат факультета в день экзамена, а также выставляются в зачетную книжку студента.

6.4. Примеры оценочных средств для рубежного контроля и экзамена

Рубежный контроль №1 - очная форма обучения (11 баллов рубежного контроля).

1. В основе трофического лечебного механизма физических упражнений лежит
   а) рабочая гиперемия
   б) проприорецептивная импульсация
   в) пластичность нервных центров
2. Какой процент физических упражнений должен обновляться на каждом занятии согласно принципу новизны и разнообразия:
   а) 5-10% в) 15-20%
   б) 10-15% г) 30-50%
3. Что является клинико-физиологическим обоснованием лечебного применения физических упражнений
   а) моторно-висцеральный рефлекс Могендовича
   б) гуморальные факторы
   в) трофическое влияние симпатического отдела нервной системы
   г) ортостатическая устойчивость
4. Расположите в правильной последовательности режимы двигательной активности в процессе реабилитации пациента
   а) тренировочный
   б) щадящий
   в) функциональный
5. Что включает в себя водо- и теплолечение:
   а) дарсонвализацию
   б) электрофорез
   в) бальнеотерапию
   г) вибротерапию
6. Какие физиологические изгибы позвоночника являются лордозами:
   а) грудной
   б) шейный
   в) крестцовый
   г) поясничный
7. Чем сопровождается развитие сколиоза:
   а) искривлением во фронтальной плоскости
   б) торсией
   в) вальгусной постановкой
   г) искривлением во фронтальной плоскости и торсией
8. Какие виды физических упражнений применяются для лечения сколиотической болезни:
   а) деторсионные
   б) пассивные
   в) симметричные
   г) асимметричные
9. Недостаточность кровообращения III степени характеризуется:

а) проявлением симптомов сердечно-сосудистой патологии при физической нагрузке, которая ранее их не вызывала

б) проявление симптомов сердечно-сосудистой патологии в покое

в) проявление симптомов сердечно-сосудистой патологии при незначительной физической нагрузке

10. Функциональный класс больного сердечно-сосудистой патологией определяется:

а) пороговой физической нагрузкой

б) энергозатратами на мышечную деятельность

в) продолжительностью выполняемой нагрузки

г) уровнем нагрузки, при котором возникают ишемические изменения на ЭКГ

11. Укажите возрастные периоды, когда глаз человека более всего склонен к миопии:

а) до 10 лет

б)10-30 лет

в) 30-70 лет

г) старше 70 лет

Рубежный контроль №1 очно-заочная форма обучения (11 баллов рубежного контроля).

1. В основе тонизирующего лечебного механизма физических упражнений лежит

а) рабочая гиперемия

б) проприорецептивная импульсация

в) пластичность нервных центров

2. Что предполагает принцип индивидуализации в лечебной физической культуре:

а) двигательный опыт пациента

б) оптимальное чередование периодов работы и отдыха

в) последовательная смена исходных положений

г) сознательное и активное участие больного в реабилитационных мероприятиях

3. Расположите механизмы лечебного действия физических упражнений в порядке их проявления при реабилитации больных:

а) трофический

б) нормализующий

в) компенсаторный

г) тонизирующий

4. Укажите двигательные режимы, применяемые на санаторно-курортном этапе реабилитации:

а) полупостельный

б) строго постельный

в) щадяще-тренирующий

г) свободный

5. Сегментарно-рефлекторный массаж предусматривает воздействие на следующие структуры:

а) на поврежденный орган

б) на надкостницу

в) паравертебральные зоны (сегменты спинного мозга)

6. В каком возрасте начинают формироваться шейный, грудной, поясничный изгибы позвоночника (установите правильную последовательность):

а) 10-12 мес.

б) 1,5-2 мес.

в) 5-6 мес.

7. Какие из этиопатогенетических факторов развития сколиотической болезни: встречаются наиболее часто:

а) статико-динамический

б) первично-патологический
в) общепатологический
г) идеопатический

8. Какая форма плоскостопия встречается наиболее часто:
а) рахитическое
б) паралитическое
в) врожденное
г) статическое

9. Какие исходные положения применяются при недостаточности кровообращения III степени (строго постельный двигательный режим):
а) стоя
б) сидя
в) лежа
г) лежа с приподнятым изголовьем

10. К какой группе инвалидности относятся сердечно-сосудистые больные, отнесенные ко II (умеренно ограниченная) и III (значительно ограниченная) функциональным классам:
а) первая
б) вторая
в) третья

11. К эндогенным факторам риска возникновения близорукости относятся:
а) наследственность
б) патологическое ослабление склеры
в) состояние рабочего помещения
г) несоответствие функциональных возможностей глаза зрительной нагрузке

12. Какие задачи реабилитации при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ) относятся к частным:
а) улучшение психологического статуса больного
б) увеличение легочной вентиляции
в) улучшение дренажной функции легких
г) стабилизация необратимых и регрессия обратимых изменений в легких

13. Соотношение дыхательных и гимнастических упражнений в комплексе лечебной гимнастики для больных пневмонией находящихся на постельном двигательном режиме:
а) 1:1
б) 1:2
в) 1:3
г) 1:4

14. К экзогенным патогенетическим факторам хронического гастрита относятся:
а) нарушение питания
б) присоединение микроорганизмов
в) атрофия слизистой оболочки желудка
г) нервно-эндокринные расстройства

15. Какие приемы и средства усиливают тормозные процессы в коре головного мозга у больных ЯБЖ и ДП:
а) корригирующие упражнения
б) статические упражнения
в) дремотное состояние
г) прыжки

16. Исходные положения для лечебной гимнастики при гастроптозе:
а) стоя
б) лежа на боку
в) сидя
г) лежа на спине с валиком под тазовой областью

17. III стадия динамики процесса в суставе при артрите характеризуется:
а) легкой деформацией в суставе
б) ограничением движения, контрактурой
в) анкилозом

Рубежный контроль №2 – очная форма обучения (11 баллов рубежного контроля).

1. В основе компенсаторного лечебного механизма физических упражнений лежит
а) рабочая гиперемия
б) проприорецептивная импульсация
в) пластичность нервных центров
2. Феномен Орбели - Гинецинского представляет собой
а) моторно-висцеральный рефлекс Могендовича
б) гуморальные факторы
в) трофическое влияние симпатического отдела нервной системы
г) ортостатическая устойчивость
3. Какие из указанных средств лечебной физической культуры относятся к гимнастическим упражнениям:
а) идеомоторные упражнения
б) терренкур
в) дренажные
г) метания
4. Укажите последовательность смены двигательных режимов в условиях стационара:
а) свободный
б) постельный
в) строго постельный
г) полупостельный
5. Точечный массаж включает следующие приемы и способы воздействия:
а) акупрессура
б) вибрация
в) акупунктура
г) разминание
6. Какие из перечисленных форм спины не относятся к дефектам в сагиттальной плоскости:
а) круглая
б) ассиметричная
в) плоская
г) кругло-вогнутая
7. Какова величина угла Кобба (угол искривления) при I степени сколиоза:
а) > 40°
б) 10-25°
в) 25-40°
г) < 10°
8. Назовите методы изучения состояния стопы:
а) плантография
б) подометрия
в) спирометрия
г) миография
9. Какие факторы относятся к экстракардиальным:
а) венозная “помпа”
б) мышечные сердца

в) внутригрудное давление
г) работа сердца

10. Энергетические затраты на трудовую деятельность в течение рабочего дня у больного сердечно-сосудистой патологией, отнесенного к хирургической группе, должны составлять:

а) 1,5 ккал/мин
б) 2,5 ккал/мин
в) 4 ккал/мин
г) 8 ккал/мин

11. Специальные упражнения для глаз включают:

а) дыхательные упражнения
б) упражнения для наружных мышц глаза
в) упражнения для цилиарной мышцы
г) самомассаж глаза

Рубежный контроль №2 – очно-заочная форма обучения (17 баллов рубежного контроля).

1. Какие из перечисленных задач ЛФК можно отнести к частным:

а) восстановление функциональных возможностей различных систем организма
б) развитие компенсаторных приспособлений
в) восстановление бытовых возможностей

2. Назовите из нижеперечисленных активные средства физической реабилитации:

а) массаж
б) мануальная терапия
в) лечебная гимнастика
г) мышечная релаксация

3. Какие из способов дозировки физической нагрузки могут применяться на занятии лечебной гимнастикой:

а) изменение исходного положения
б) координационная сложность
в) длина преодолеваемой дистанции
г) чередование периодов ходьбы и бега

4. Что является абсолютным противопоказанием к занятиям лечебной гимнастикой:

а) острое лихорадочное состояние
б) субфебрильная температура
в) злокачественные новообразования
г) беременность

5. Каким приемом необходимо начинать и заканчивать сеанс массажа:

а) вибрация
б) поглаживание
в) разминание

6. Корригирующая гимнастика при нарушениях осанки включает следующие упражнения:

а) постуральный дренаж
б) ассиметричные
в) симметричные
г) идеомоторные

7. Какая степень сколиотической болезни сочетается с торсионными изменениями:

а) I ст.
б) II ст.
в) III ст.
г) IV ст.

8. Что означает «вальгусное положение стоп»:

а) Х-образные нижние конечности
б) асимметрия нижних конечностей
в) несоответствие осей пяток осям голеней
г) О-образные нижние конечности

9. Назовите виды плоскостопия:
а) рахитическое
б) паралитическое
в) кифотическое
г) статическое

10. Интенсивность нагрузки по показателям ЧСС у пациентов с сердечно-сосудистой патологией при тренирующем режиме должна составлять:
а) 110-120 уд/мин
б) 120-130 уд/мин
в) 130-150 уд/мин
г) 150-170 уд/мин

11. Какие методы предполагают профилактику и коррекцию нарушений зрения:
а) терренкур
б) пальминг
в) соляризация
г) работа с офтальмотренажером

12. К специальным дыхательным упражнениям относятся:
а) упражнение с удлиненным выдохом
б) упражнение с произношением гласных и согласных
в) упражнение в урежении дыхания
г) надувание резиновых предметов

13. Дренажные положения при локализации воспалительного процесса в верхней доле правого легкого
а) сидя на стуле
б) лежа на животе
в) стоя в упоре на коленях
г) лежа на здоровом боку с опущенным головным концом кровати

14. Комплекс лечебной гимнастики у больных, страдающих хроническим гастритом с повышенной кислотностью, проводится:
а) до приема пищи
б) до приема пищи и минеральной воды
в) между приемом минеральной воды и обедом
г) после обеда

15. Сегментарный массаж при гипермоторном типе дискинезии кишечника должен охватывать сегменты:
а) Th_6-Th_9 слева
б) Th_6 –Th_9 справа
в) Th_{10}-Th_{11} слева
г) Th_{10}-Th_{11} справа

16. Какие задачи преследует ЛФК при сахарном диабете:
а) усиление легочной вентиляции
б) снижение гипергликемии
в) повышение общей работоспособности
г) формирование правильной осанки

17. Ожирение – заболевание, характеризующееся избыточной массой тела за счет жировой ткани в пределах:
а) 15-20%
б) свыше 10%

в) более 30%
г) более 50%

Рубежный контроль №3 – очная форма обучения (10 баллов рубежного контроля).

1. В основе тонизирующего лечебного механизма физических упражнений лежит
а) рабочая гиперемия
б) проприорецептивная импульсация
в) пластичность нервных центров
2. Что предполагает принцип индивидуализации в лечебной физической культуре:
а) двигательный опыт пациента
б) оптимальное чередование периодов работы и отдыха
в) последовательная смена исходных положений
г) сознательное и активное участие больного в реабилитационных мероприятиях
3. Расположите механизмы лечебного действия физических упражнений в порядке их проявления при реабилитации больных:
а) трофический
б) нормализующий
в) компенсаторный
г) тонизирующий
4. Укажите двигательные режимы, применяемые на санаторно-курортном этапе реабилитации:
а) полупостельный
б) строго постельный
в) щадяще-тренирующий
г) свободный
5. Сегментарно-рефлекторный массаж предусматривает воздействие на следующие структуры:
а) на поврежденный орган
б) на надкостницу
в) паравертебральные зоны (сегменты спинного мозга)
6. В каком возрасте начинают формироваться шейный, грудной, поясничный изгибы позвоночника (установите правильную последовательность):
а) 10-12 мес.
б) 1,5-2 мес.
в) 5-6 мес.
7. Какие из этиопатогенетических факторов развития сколиотической болезни: встречаются наиболее часто:
а) статико-динамический
б) первично-патологический
в) общепатологический
г) идеопатический
8. Какая форма плоскостопия встречается наиболее часто:
а) рахитическое
б) паралитическое
в) врожденное
г) статическое
9. Какие исходные положения применяются при недостаточности кровообращения III степени (строго постельный двигательный режим):
а) стоя
б) сидя
в) лежа

г) лежа с приподнятым изголовьем

10. К какой группе инвалидности относятся сердечно-сосудистые больные, отнесенные ко II (умеренно ограниченная) и III (значительно ограниченная) функциональным классам:

а) первая

б) вторая

в) третья

6.5. Примерный перечень вопросов к экзамену

1. ЛФК – метод активной функциональной терапии. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений.
2. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
3. Организационно-методические основы ЛФК.
4. Способы дозирования физических нагрузок на занятии ЛФК.
5. ЛФК при дефектах осанки в сагиттальной плоскости: задачи, средства и методы.
6. ЛФК при дефектах осанки во фронтальной плоскости: задачи, средства и методы.
7. ЛФК при сколиотической болезни: цели и задачи, средства и методы.
8. ЛФК при плоскостопии: цели и задачи, средства и методы.
9. ЛФК при миопии: задачи, средства и методы.
10. Специальные упражнения для глаз в ЛФК.
11. ЛФК при нарушениях жирового обмена. Ожирение: виды, степени, задачи и содержание методики ЛФК.
12. ЛФК при нарушениях белкового обмена. Методика ЛФК при подагре.
13. ЛФК при нарушениях углеводного обмена. Сахарный диабет: виды, задачи и содержание методки ЛФК.
14. ЛФК при сердечно-сосудистой патологии: цели и задачи, распределение на группы.
15. ЛФК при ишемической болезни сердца (ИБС): определение толерантности к физической нагрузке и определение функционального класса больного. Методика физической реабилитации больных ИБС на санаторном этапе.
16. ЛФК при инфаркте миокарда: этапы реабилитации (стационарный, санаторный, диспансерно-поликлинический).
17. ЛФК при артериальной гипертензии: степени и формы гипертонической болезни, клиническое течение, механизмы лечебного действия физических упражнений, средства и методы.
18. ЛФК при заболеваниях органов дыхания: клинико-физиологическое обоснование, средства и методы.
19. ЛФК при бронхиальной астме: этиология и патогенез, задачи, средства и методы.
20. Методика постурального дренажа.

21. Специальные дыхательные упражнения в ЛФК.

22. ЛФК при пневмонии: этиология и патогенез, задачи, средства и методы.

23. ЛФК при бронхите и бронхоэктатической болезни: задачи, средства и методы. ЛФК при бронхоэктатической болезни.

24. ЛФК при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки: этиология и патогенез, задачи, средства и методы.

25. ЛФК при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости: этиология и патогенез, задачи, средства и методы.

26. ЛФК при заболеваниях суставов: стадии динамики процесса в суставе, задачи, этапы при артрите.

27. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы: характеристика изменений при заболеваниях и повреждениях нервной системы, поэтапная реабилитация при цереброваскулярной патологии.

28. ЛФК при остеохондрозе позвоночника: клиническая картина, задачи, средства и методы.

29. ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы: задачи, средства и методы.

30. ЛФК при неврозах: механизмы лечебного действия физических упражнений, задачи, средства и методы.

31. Нормативная база, организация и условия работы массажиста.

32. Общие физиологические механизмы влияния массажа на организм.

33. Местные механизмы влияния массажа на организм.

34. Классификация основных видов массажа (по цели назначения, по методике исполнения, по топографии).

35. Показания и противопоказания к проведению массажа (общие и местные).

36. Классификация основных приемов классического массажа. Разновидности основных приемов.

37. Общие методические правила выполнения основных приемов массажа.

38. Характеристика и методика приема поглаживания.

39. Характеристика и методика приема растирания.

40. Характеристика и методика приема разминания.

41. Характеристика и методика приема вибрации.

42. Характеристика и методика точечного массажа.

43. Общая характеристика периостального массажа.

44. Общая характеристика сегментарного массажа.

45. Общая характеристика соединительнотканного массажа.

46. Общая характеристика лечебного массажа. Сочетание лечебного массажа и физиопроцедур.

47. Общая характеристика спортивного массажа.

48. Общая характеристика аппаратного массажа.

49. Техника выполнения массажа головы и лица.

50. Техника выполнения массажа воротниковой зоны.

51. Техника выполнения массажа верхней конечности, включая суставы.

52. Техника выполнения массажа нижней конечности, включая суставы.

53. Техника выполнения массажа области грудной клетки.

54. Техника закрытого массажа сердца при сердечно-легочной реанимации.

55. Техника выполнения массажа спины и поясничной области.

56. Техника выполнения массажа передней брюшной стенки.

57. Техника выполнения общего массажа.

58. Особенности методики и приемы косметического массажа.

59. Основные виды, правила и приемы самомассажа.

60. Применение массажных мазей, разогревающих и лечебных растирок в практике массажа.

6.6. Банк тестовых заданий к экзамену

1 вариант

1. В основе трофического лечебного механизма физических упражнений лежит
   а) рабочая гиперемия
   б) проприорецептивная импульсация
   в) пластичность нервных центров
2. Какой процент физических упражнений должен обновляться на каждом занятии согласно принципу новизны и разнообразия:
   а) 5-10% в) 15-20%
   б) 10-15% г) 30-50%
3. Что является клинико-физиологическим обоснованием лечебного применения физических упражнений
   а) моторно-висцеральный рефлекс Могендовича
   б) гуморальные факторы
   в) трофическое влияние симпатического отдела нервной системы
   г) ортостатическая устойчивость
4. Расположите в правильной последовательности режимы двигательной активности в процессе реабилитации пациента
   а) тренировочный
   б) щадящий
   в) функциональный
5. Что включает в себя водо- и теплолечение:
   а) дарсонвализацию
   б) электрофорез
   в) бальнеотерапию
   г) вибротерапию
6. Какие физиологические изгибы позвоночника являются лордозами:
   а) грудной
   б) шейный

в) крестцовый
г) поясничный
7. Чем сопровождается развитие сколиоза:
а) искривлением во фронтальной плоскости
б) торсией
в) вальгусной постановкой
г) искривлением во фронтальной плоскости и торсией
8. Какие виды физических упражнений применяются для лечения сколиотической болезни:
а) деторсионные
б) пассивные
в) симметричные
г) асимметричные
9. Недостаточность кровообращения III степени характеризуется:
а) проявлением симптомов сердечно-сосудистой патологии при физической нагрузке, которая ранее их не вызывала
б) проявление симптомов сердечно-сосудистой патологии в покое
в) проявление симптомов сердечно-сосудистой патологии при незначительной физической нагрузке
10. Функциональный класс больного сердечно-сосудистой патологией определяется:
а) пороговой физической нагрузкой
б) энергозатратами на мышечную деятельность
в) продолжительностью выполняемой нагрузки
г) уровнем нагрузки, при котором возникают ишемические изменения на ЭКГ
11. Укажите возрастные периоды, когда глаз человека более всего склонен к миопии:
а) до 10 лет
б)10-30 лет
в) 30-70 лет
г) старше 70 лет
12. Расположите в правильной последовательности этапы реабилитации при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ):
а) санаторий
б) отделение реабилитации
в) пульмонологическая клиника
г) пульмонологический диспансер
13. Больным с бронхиальной астмой противопоказаны:
а) дозированная ходьба
б) плавание
в) упражнения с натуживанием
г) упражнение с задержкой дыхания
14. Какие заболевания желудочно-кишечного тракта являются инфекционными:
а) гастроптоз
б) гастрит
в) хеликобактериоз
г) дискинезия кишечника
15. Какие исходные положения рекомендованы больным язвенной болезнью желудка при замедленной эвакуации содержимого желудка:
а) стоя
б) лежа на животе
в) лежа на правом боку
г) лежа на левом боку
16. Факторы, предрасполагающие к опущению органов брюшной полости:

а) наследственность
б) астенический тип телосложения
в) ослабление брюшного пресса
г) множественные роды у женщин

17. Моторная плотность занятия лечебной гимнастикой у больных легкой формой диабета:
а) 30%
б) 40%
в) 50%
г) 60-70%

18. Как называется форма ожирения, причиной которой являются беременность, роды, климакс:
а) экзогенно-конституциональная
б) эндокринная
в) церебральная
г) лекарственная

19. Укажите абсолютные противопоказания к занятиям лечебной физической культурой, касающиеся инвалидов всех категорий:
а) лихорадочное состояние
б) острые инфекционные заболевания
в) недостаточность кровообращения 1 степени.
г) дыхательная недостаточность 2 и 3 степени

20. При 1 степени артериальной гипертензии показатели артериального давления составляют:
а) 100-129/60-79
б) 130-139/80-89
в) 140-159/90-94
г) >159/>94

2 вариант

1. В основе тонизирующего лечебного механизма физических упражнений лежит
а) рабочая гиперемия
б) проприорецептивная импульсация
в) пластичность нервных центров

2. Что предполагает принцип индивидуализации в лечебной физической культуре:
а) двигательный опыт пациента
б) оптимальное чередование периодов работы и отдыха
в) последовательная смена исходных положений
г) сознательное и активное участие больного в реабилитационных мероприятиях

3. Расположите механизмы лечебного действия физических упражнений в порядке их проявления при реабилитации больных:
а) трофический
б) нормализующий
в) компенсаторный
г) тонизирующий

4. Укажите двигательные режимы, применяемые на санаторно-курортном этапе реабилитации:
а) полупостельный
б) строго постельный
в) щадяще-тренирующий
г) свободный

5. Сегментарно-рефлекторный массаж предусматривает воздействие на следующие структуры:

а) на поврежденный орган

б) на надкостницу

в) паравертебральные зоны (сегменты спинного мозга)

6. В каком возрасте начинают формироваться шейный, грудной, поясничный изгибы позвоночника (установите правильную последовательность):

а) 10-12 мес.

б) 1,5-2 мес.

в) 5-6 мес.

7. Какие из этиопатогенетических факторов развития сколиотической болезни: встречаются наиболее часто:

а) статико-динамический

б) первично-патологический

в) общепатологический

г) идеопатический

8. Какая форма плоскостопия встречается наиболее часто:

а) рахитическое

б) паралитическое

в) врожденное

г) статическое

9. Какие исходные положения применяются при недостаточности кровообращения III степени (строго постельный двигательный режим):

а) стоя

б) сидя

в) лежа

г) лежа с приподнятым изголовьем

10. К какой группе инвалидности относятся сердечно-сосудистые больные, отнесенные ко II (умеренно ограниченная) и III (значительно ограниченная) функциональным классам:

а) первая

б) вторая

в) третья

11. К эндогенным факторам риска возникновения близорукости относятся:

а) наследственность

б) патологическое ослабление склеры

в) состояние рабочего помещения

г) несоответствие функциональных возможностей глаза зрительной нагрузке

12. Какие задачи реабилитации при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ) относятся к частным:

а) улучшение психологического статуса больного

б) увеличение легочной вентиляции

в) улучшение дренажной функции легких

г) стабилизация необратимых и регрессия обратимых изменений в легких

13. Соотношение дыхательных и гимнастических упражнений в комплексе лечебной гимнастики для больных пневмонией находящихся на постельном двигательном режиме:

а) 1:1

б) 1:2

в) 1:3

г) 1:4

14. К экзогенным патогенетическим факторам хронического гастрита относятся:

а) нарушение питания

б) присоединение микроорганизмов

в) атрофия слизистой оболочки желудка
г) нервно-эндокринные расстройства

15. Какие приемы и средства усиливают тормозные процессы в коре головного мозга у больных ЯБЖ и ДП:
а) корригирующие упражнения
б) статические упражнения
в) дремотное состояние
г) прыжки

16. Исходные положения для лечебной гимнастики при гастроптозе:
а) стоя
б) лежа на боку
в) сидя
г) лежа на спине с валиком под тазовой областью

17. III стадия динамики процесса в суставе при артрите характеризуется:
а) легкой деформацией в суставе
б) ограничением движения, контрактурой
в) анкилозом

18. При какой форме ожирения наиболее эффективна лечебная гимнастика:
а) экзогенно-конституциональная
б) эндокринная
в) церебральная
г) лекарственная

19. Перечислите субъективные признаки утомления при занятиях физическими упражнениями:
а) потоотделение
б) окраска кожных покровов
в) частота сердечных сокращений
г) артериальное давление

20. Как изменяется показатель пульсового давления в ответ на дозированную физическую нагрузку при нормотоническом типе реакции:
а) уменьшается
б) увеличивается в равной мере, как и частота сердечных сокращений
в) неизменен
г) увеличивается в 2-3 раза

3 вариант

1. В основе компенсаторного лечебного механизма физических упражнений лежит
а) рабочая гиперемия
б) проприорецептивная импульсация
в) пластичность нервных центров

2. Феномен Орбели - Гинецинского представляет собой
а) моторно-висцеральный рефлекс Могендовича
б) гуморальные факторы
в) трофическое влияние симпатического отдела нервной системы
г) ортостатическая устойчивость

3. Какие из указанных средств лечебной физической культуры относятся к гимнастическим упражнениям:
а) идеомоторные упражнения
б) терренкур
в) дренажные
г) метания

4. Укажите последовательность смены двигательных режимов в условиях стационара:
а) свободный
б) постельный
в) строго постельный
г) полупостельный
5. Точечный массаж включает следующие приемы и способы воздействия:
а) акупрессура
б) вибрация
в) акупунктура
г) разминание
6. Какие из перечисленных форм спины не относятся к дефектам в сагиттальной плоскости:
а) круглая
б) ассиметричная
в) плоская
г) кругло-вогнутая
7. Какова величина угла Кобба (угол искривления) при I степени сколиоза:
а) > 40°
б) 10-25°
в) 25-40°
г) < 10°
8. Назовите методы изучения состояния стопы:
а) плантография
б) подометрия
в) спирометрия
г) миография
9. Какие факторы относятся к экстракардиальным:
а) венозная “помпа”
б) мышечные сердца
в) внутригрудное давление
г) работа сердца
10. Энергетические затраты на трудовую деятельность в течение рабочего дня у больного сердечно-сосудистой патологией, отнесенного к хирургической группе, должны составлять:
а) 1,5 ккал/мин
б) 2,5 ккал/мин
в) 4 ккал/мин
г) 8 ккал/мин
11. Специальные упражнения для глаз включают:
а) дыхательные упражнения
б) упражнения для наружных мышц глаза
в) упражнения для цилиарной мышцы
г) самомассаж глаза
12. К этиологическим факторам бронхиальной астмы относятся
а) неинфекционные аллергены
б) порочные позы
в) нервно-психические стрессовые воздействия
г) физические и метеорологические
13. Какие дренажные положения применяются при локализации воспалительного процесса в нижних долях легкого:
а) упор стоя на коленях
б) лежа на здоровом боку

в) сидя на кушетке с приподнятым ножным концом
г) лежа на животе с опущенным головным концом кушетки

14. На каком двигательном режиме назначается лечебная физическая культура при хроническом гастрите
а) строго постельный
б) постельный
в) полупостельный
г) свободный

15. Какие упражнения противопоказаны больным язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки при постельном и палатном двигательных режимах:
а) дыхательные
б) гимнастические
в) для брюшного пресса
г) вызывающие повышение внутрибрюшного давления

16. Средства ЛФК применяемые при заболеваниях связанных с нарушением белкового обмена (подагра):
а) упражнения в воде и на тренажерах
б) пассивные упражнения в пораженных суставах
в) дыхательные упражнения
г) массаж

17. Метод определения подвижности в пораженном суставе называется:
а) гониометрия
б) калиперометрия
в) спирометрия
г) соматоскопия

18. Продолжительность занятия ЛФК при обменно-алиментарной форме ожирения
а) 25-30 мин
б) 15-20 мин
в) 45-60 мин
г) > 60 мин

19. Какие из перечисленных показателей объективно отражают степень выраженности утомления при занятиях физическими упражнениями:
а) температура
б) интенсивность потоотделения
в) способность поддерживать оперативную позу
г) частота сердечных сокращений

20. Частота сердечных сокращений у лиц пожилого возраста при занятиях физическими упражнениями рассчитывается по формуле:
а) 220-возраст (годы)
б) 190- возраст (годы)
в) 170- возраст (годы)
г) 180-(возраст (годы) × 0,5)

4 вариант

1. Какие из перечисленных задач ЛФК можно отнести к частным:
а) восстановление функциональных возможностей различных систем организма
б) развитие компенсаторных приспособлений
в) восстановление бытовых возможностей

2. Назовите из нижеперечисленных активные средства физической реабилитации:
а) массаж

б) мануальная терапия
в) лечебная гимнастика
г) мышечная релаксация

3. Какие из способов дозировки физической нагрузки могут применяться на занятии лечебной гимнастикой:
а) изменение исходного положения
б) координационная сложность
в) длина преодолеваемой дистанции
г) чередование периодов ходьбы и бега

4. Что является абсолютным противопоказанием к занятиям лечебной гимнастикой:
а) острое лихорадочное состояние
б) субфебрильная температура
в) злокачественные новообразования
г) беременность

5. Каким приемом необходимо начинать и заканчивать сеанс массажа:
а) вибрация
б) поглаживание
в) разминание

6. Корригирующая гимнастика при нарушениях осанки включает следующие упражнения:
а) постуральный дренаж
б) ассиметричные
в) симметричные
г) идеомоторные

7. Какая степень сколиотической болезни сочетается с торсионными изменениями:
а) I ст.
б) II ст.
в) III ст.
г) IV ст.

8. Что означает «вальгусное положение стоп»:
а) Х-образные нижние конечности
б) асимметрия нижних конечностей
в) несоответствие осей пяток осям голеней
г) О-образные нижние конечности

9. Назовите виды плоскостопия:
а) рахитическое
б) паралитическое
в) кифотическое
г) статическое

10. Интенсивность нагрузки по показателям ЧСС у пациентов с сердечно-сосудистой патологией при тренирующем режиме должна составлять:
а) 110-120 уд/мин
б) 120-130 уд/мин
в) 130-150 уд/мин
г) 150-170 уд/мин

11. Какие методы предполагают профилактику и коррекцию нарушений зрения:
а) терренкур
б) пальминг
в) соляризация
г) работа с офтальмотренажером

12. К специальным дыхательным упражнениям относятся:
а) упражнение с удлиненным выдохом
б) упражнение с произношением гласных и согласных

в) упражнение в урежении дыхания
г) надувание резиновых предметов

13. Дренажные положения при локализации воспалительного процесса в верхней доле правого легкого
а) сидя на стуле
б) лежа на животе
в) стоя в упоре на коленях
г) лежа на здоровом боку с опущенным головным концом кровати

14. Комплекс лечебной гимнастики у больных, страдающих хроническим гастритом с повышенной кислотностью, проводится:
а) до приема пищи
б) до приема пищи и минеральной воды
в) между приемом минеральной воды и обедом
г) после обеда

15. Сегментарный массаж при гипермоторном типе дискинезии кишечника должен охватывать сегменты:
а) Th_6-Th_9 слева
б) Th_6 –Th_9 справа
в) Th_{10}-Th_{11} слева
г) Th_{10}-Th_{11} справа

16. Какие задачи преследует ЛФК при сахарном диабете:
а) усиление легочной вентиляции
б) снижение гипергликемии
в) повышение общей работоспособности
г) формирование правильной осанки

17. Ожирение – заболевание, характеризующееся избыточной массой тела за счет жировой ткани в пределах:
а) 15-20%
б) свыше 10%
в) более 30%
г) более 50%

18. Лечебная гимнастика при алиментарном ожирении наиболее эффективна в сочетании:
а) с диетой
б) с массажем
в) с плаванием
г) с медикаментозным лечением

19. При нарушениях зрения (миопия) на занятиях ЛФК противопоказаны:
а) ходьба
б) упражнения с натуживанием
в) сотрясения
г) нагрузки свыше 180 уд/мин

20. Какие показатели относятся к внешним (субъективным) признакам утомления:
а) окраска кожи
б) артериальное давление
в) потливость
г) координация движений

Ответы на тестовые задания по ЛФК:

№	1 вариант	2 вариант	3 вариант	4 вариант

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

Оценка результатов тестирования:

«отлично» – 18 и более правильных ответов,
«хорошо» -14 -17 правильных ответов,
«удовлетворительно» - 9 -13 правильных ответов,
«неудовлетворительно» - 8 и менее.

6.6. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для текущего, рубежных контролей и промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие

процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Лечебная физическая культура: учебник для студ. высш. учеб. заведений/под ред С.Н. Попова. –М: Академия, 2006. -416 с.

2. Стельмашонок, В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры / Стельмашонок В.А., Владимирова Н.В. - Минск :РИПО, 2015. - 328 с.: ISBN 978-985-503-531-3. – Электронный ресурс. - URL: https://znanium.com/catalog/product/948130 (дата обращения: 02.04.2021). – Режим доступа: по подписке.

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Лечебная физическая культура при травмах : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова ; под общ. ред. Т.В. Карасёвой. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 140 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1042614. - ISBN 978-5-16-015590-6. – Электронный ресурс. - URL: https: // znanium. Com / catalog / product/1042614 (дата обращения: 01.11.2020). – Режим доступа: по подписке.

2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: Учебник. – М.:ГЭОТАР-МЕД, 2002. -560 с.

3. Физическая реабилитация : учебник для студентов вузов : по специальности "Физическая культура" / Бирюков А. А. [и др.] ; под общ. ред. С. Н. Попова. - Изд. 5-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 603 с.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Лечебная физическая культура. Справочник / Епифанов В.А., Мошков В.Н., Антуфьева Р.И. и др. Под ред. В.А. Епифанова.-М. Медицина, 1987.-528 с.

2. Речкалов А.В. Лечебная физическая культура при детском церебральном параличе // Методические рекомендации к проведению практических и семинарских занятий по предмету «Физическая культура в режиме здорового образа жизни» для студентов специальности 040700 (педагог-валеолог).-Курган, КГУ.-1998.-32 с.

9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ЭБС «Лань»
2. ЭБС «Консультант студента»

3.ЭБС «Znanium.com»
4. Гарант – справочно-правовая система

10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

При чтении лекций используются слайдовые презентации.

Минимальные требования к операционной системе и программному обеспечению компьютера, используемого при показе слайдовых презентаций: Windows XP, Foxit Reader Pro версия 1.3.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-технической обеспечение по реализации дисциплины осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данной образовательной программе.

12. ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Распределение баллов соответствует п.6.2 либо может быть изменено в соответствии с решением кафедры, в случае перехода на ЭО и ДОТ в процессе обучения. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до обучающихся.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Лечебная физическая культура и массаж»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.01 – Физическая культура
Направленность:
Спортивная тренировка

Трудоемкость дисциплины: 3 ЗЕ (108 академических часов)
Семестр: 6 (очная, очно-заочная, заочная форма обучения)
Форма промежуточной аттестации: экзамен

Содержание дисциплины

Лечебная физическая культура как фактор функциональной, патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации. Основные принципы медицинской реабилитации. Основы методики применения физических упражнений с лечебной целью и в системе физической реабилитации. Средства и формы лечебной физической культуры. Частные методики лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, органов пищеварения, нарушениях обмена веществ, при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата и нервной системы, при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей.

Спортивный, лечебный и гигиенический массаж. Приемы и виды спортивного, лечебного и гигиенического массажа. Частные методики массажа в процессе спортивной деятельности, реабилитации.

ЛИСТ
регистрации изменений (дополнений) в рабочую программу учебной дисциплины
«Лечебная физическая культура и массаж»

Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20___ / 20___ учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / Ф.И.О. /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.

Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20___ / 20___ учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / Ф.И.О. /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.