

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО  
Институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ  
Директор института  
Н.Б. Бриленок  
« 23 » 2021 г.



**Рабочая программа дисциплины**

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ**  
Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

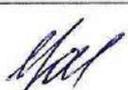
**Профиль** Физкультурно-оздоровительные технологии

Квалификация выпускника Бакалавр

Форма обучения

Очная

Саратов, 2021 (набор 2021-2022)

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Царева Н.М.		01.11.2021
Председатель НМК	Беспалова Т.А.		01.11.2021
Заведующий кафедрой	Беспалова Т.А.		25.11.2021
Специалист Учебного управления			

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» являются: формирование у студентов основ необходимых знаний в области современного представления, понятия, методов, применяемых в современной реабилитации, которые необходимы для профилактики, направленной на сохранение и укрепление здоровья человека.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина Б1.0.27. «Лечебная физическая культура и массаж» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модуля)» учебного плана ООП.

Для освоения данной дисциплины требуются знания по дисциплинам: «Анатомия человека», «Основы биохимии», «Физиология человека», «Здоровый образ жизни», «Биомеханика двигательной деятельности», «Основы медицинских знаний», «Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной деятельности».

Дисциплина является основой для изучения таких дисциплин, как «Преддипломная практика».

## 3. Результаты обучения дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
<b>ОПК-7</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<b>1.1_Б.ОПК-7.</b> Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни. Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организывает безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и приметает верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. <b>2.1_Б.ОПК-7.</b> Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	<b>Знает</b> как развивать у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся <b>Умеет</b> своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организывает безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и приметает верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.осуществлять контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора
<b>ОПК-9</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической	<b>1.1_Б.ОПК-9.</b> Знает	

подготовленности,	закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся. <b>2.1_Б.ОПК-9.</b> Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся <b>Владеет</b> анализом причин возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлением профилактических мероприятий, оказанием первой доврачебной помощи информационно-аналитическим подходом комплексно оценивать подготовленность и актуальность методик для достижения задач и целей
-------------------	--	---

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц 216 часов

№ п/ п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			СР	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	Практические занятия			
					Общая трудоемкость	Из них практическая подготовка		
1	Общие основы ЛФК, средства, формы, методы.	7	1-2	3	6		9	Опрос
2	Лечебное действие физических упражнений	7	2-3	3	6		9	Опрос
3	Дозировка и критерии физ. нагрузки и контроль в ЛФК	7	3-4	3	6		9	Опрос
4	Массаж, виды, классификация, формы, показания, противопоказания	7	4-5	3	6		9	Опрос
5	Основные приёмы классического массажа	7	5-6	3	6		9	Опрос
6	Точечный массаж	7		3	6		9	Опрос

	<b>всего 108</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>54</b>	
<b>7</b>	Сегментарный массаж	<b>8</b>	10-11	2	5		5	Опрос
<b>8</b>	Гигиенический, лечебный, косметический массаж	<b>8</b>	11-12	2	2		5	Опрос
<b>9</b>	Спортивный массаж, классификации, методика	<b>8</b>	12-13	2	5		5	Опрос
<b>10</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	<b>8</b>	13-14	2	3		5	Опрос
<b>11</b>	Комплексная реабилитация при различных травмах	<b>8</b>	14		10		5	Опрос
<b>12</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	<b>8</b>	14-15		5		5	Опрос
<b>13</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания	<b>8</b>	15-16		5		5	Опрос
<b>14</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях обмена веществ	<b>8</b>	16		5		5	Опрос
<b>15</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях нервной системы	<b>8</b>	18-19		5		5	Опрос
<b>16</b>	ЛФК и массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ОДА)	<b>8</b>	20		6		9	Опрос
	<b>всего-108</b>			<b>8</b>	<b>46</b>	<b>0</b>	<b>54</b>	<b>Экзамен-36</b>
	<b>Итого-216</b>			<b>26</b>	<b>82</b>		<b>108</b>	

### Содержание учебной дисциплины

#### Тема 1. Общие основы ЛФК, средства, формы, методы.

История развития. Предмет, задачи, связь с другими дисциплинами. Возникновение, становление и развитие ЛФК в мире и России. Понятие о ЛФК и реабилитации. Общие

требования к методике применения физических упражнений. Показания и противопоказания к применению.

### **Тема 2. Лечебное действие физических упражнений.**

Классификация и характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК. Средства ЛФК. Способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК. Формы и методы проведения ЛФК

### **Тема 3. Дозировка и критерии физической нагрузки в ЛФК, контроль за нагрузкой.**

Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия физических упражнений. Методы оценки воздействия физических упражнений и эффективность применения ЛФК. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности.

### **Тема 4. Массаж, виды, классификация, формы, показания, противопоказания.**

Классификация массажа. Основные виды и формы. Показания и противопоказания к назначению массажа. Основные приемы массажа.

### **Тема 5. Основные приёмы классического массажа**

Поглаживание. Выжимание. Пиление. Вибрация. Растирание. Разминание.

### **Тема 6. Точечный массаж**

Биологически активные точки. Тормозной и стимулирующий методы точечного массажа.

### **Тема 7. Сегментарный массаж**

Сегментарная иннервация внутренних органов. Зоны Захарьина-Геда.

### **Тема 8. Гигиенический, лечебный, косметический массаж**

Классификация. Методика проведения.

### **Тема 9. Спортивный массаж, классификации, методика поведения**

Классификация. Методика проведения.

### **Тема 10. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно - сосудистой системы**

Атеросклероз. Стенокардия. Гипертоническая болезнь. Инфаркт миокарда. Эпидемиология и основные симптомы сердечнососудистых заболеваний. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Стенокардия. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС. Методика ЛФК для больных I-III функциональных классов на санаторном этапе. Методика ЛФК для больных IУ функционального класса. Гипертоническая болезнь (ГБ). Классификация. Этиопатогенез. Клиника ГБ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению ЛФК при гипертонических кризах на стационарном, санаторном и поликлиническом этапах. Критерии оценки воздействия физических нагрузок при ГБ. Инфаркт миокарда. Методика ЛФК на стационарном, санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.

### **Тема 11. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания**

Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания. Бронхиальная астма. Бронхит и пневмония. Туберкулез легких. Основные причины заболеваний органов дыхания. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Бронхиальная астма. Острая и хроническая пневмония. Показания к назначению ЛФК. Туберкулез легких. Методика ЛФК при туберкулезе легких. Контроль переносимости физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

#### **Тема 12. ЛФК и массаж при заболеваниях обмена веществ**

Сахарный диабет. Клиника. Методика ЛФК. Ожирение. Методика ЛФК. Моно-и полиартриты. Основные клинические проявления. Механизмы лечебного действия физических упражнений.

#### **Тема 13. ЛФК и массаж при заболеваниях нервной системы**

Остеохондроз. Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы. ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы. Невриты. ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения. Этиопатогенез и клиника инсульта. Периоды течения. Методики ЛФК на различных этапах восстановительного лечения. Оценка эффективного восстановительного лечения. ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Виды повреждений спинного мозга. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК в различные периоды ТБСМ. Особенности ЛФК больных с травмой шейного отдела спинного мозга. Детский церебральный паралич (ДЦП). ЛФК для детей с ДЦП в период остаточных явлений. Остеохондроз. ЛФК при остеохондрозах позвоночника. Шейный остеохондроз. Поясничные остеохондрозы позвоночника.

#### **Тема 14. ЛФК и массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ОДА)**

Нарушение осанки. Виды нарушений осанки. Профилактика и лечение. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Методика ЛФК. Средства ЛФК. Формы ЛФК. Оценка эффективности занятий. Сколиоз. Патогенетическая классификация сколиозов. Методика занятий ЛФК. Другие деформации опорно-двигательного аппарата. Плоскостопие. Травмы опорно-двигательного аппарата. Виды и симптомы травм ОДА. Травматическая болезнь. Методы лечения травм ОДА. Задачи и основы методики ОДА. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Переломы костей нижних конечностей. Переломы костей верхних конечностей. Повреждение суставов. Переломы позвоночника и костей таза. Особенности реабилитации спортсменов после травм и заболеваний ОДА.

### **5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины (модуля)**

Педагогические технологии, применяемые при обучении дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж», направлены на оптимизацию образовательного процесса. При проведении групповых занятий

применяются коллективные и смешанные технологии, для обучения студентов, имеющих индивидуальный план – индивидуальные технологии. В ходе лекционных занятий используются многообразные приемы активного обучения (при проведении лекционных занятий проводятся мини-дискуссии), в часы практических занятий приемы активного обучения чередуются с приемами интерактивного обучения.

Для активизации учебно-познавательной деятельности обучаемых на практических занятиях по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» используются следующие методы:

1. Творческие задания;
2. Работа в малых группах;
3. Обучающие игры (ролевые игры, имитации, деловые игры и образовательные игры);
4. Использование общественных ресурсов (рассказы студентов, занимающимися тренерской работой, студентов, участвующих в спортивных соревнованиях различного ранга);
5. Изучение и закрепление нового материала (интерактивная лекция, работа с наглядными пособиями, на практических занятиях студент выступает в роли преподавателя, диспуты по теме занятия, использование в ходе занятия тестовых вопросов;
6. Обсуждение сложных и дискуссионных вопросов и проблем (обоснование собственных позиций, убеждение товарищей в необходимости изменить точку зрения на тот или иной вопрос, дискуссии в стиле телевизионного ток - шоу», дебаты);
7. Разрешение проблем, выбор единственно правильного решения вопроса, проведение причинно-следственного анализа проблемы.
8. Активизация учебно-познавательной деятельности студентов с помощью кейс - технологий. При объяснении нового материала и контроля понимания ранее изученного материала на лекциях и практических занятиях используются бытовые и спортивные ситуации различной направленности: ситуации-проблемы, ситуации-оценки, ситуации-иллюстрации, ситуации-упреждения, что в целом способствует увеличению заинтересованности студентов. При формировании кейса широко используются художественно - публицистическая литература, статистические данные, научная литература, события из жизни, информация, размещенная в интернете.

**Образовательные педагогические технологии, применяемые при обучении студентов с ограниченными возможностями здоровья,** должны учитывать особенности данной категории обучающихся и предполагают практическую направленность при широкой опоре на научно-методические материалы, а также сочетание аудиторных занятий в интегрированных группах и самостоятельной работы, индивидуальных и коллективных форм работы.

Обеспечение образовательного процесса для студентов с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием демонстрационного и раздаточного материала, позволяющего

концентрировать внимание слушателей и обеспечивать необходимую наглядность, а также мультимедийных и других технических средств приема-передачи учебной информации на занятиях в доступных формах.

Подбор и разработка учебно-методических материалов для студентов предоставляется в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и с учетом нозологий. Так, студенты с нарушениями слуха получают информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально. На каждом занятии студенты с ограниченными возможностями здоровья получают конспекты основных положений, содержащихся в лекциях.

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

Для организации и успешного функционирования самостоятельной работы студентов (СРС) необходимы:

1. Комплексный подход к организации СРС по всем формам аудиторной работы.
2. Сочетание всех уровней (типов) СРС.
3. Обеспечение контроля за качеством выполнения (требования, консультации).
4. Формы контроля

#### **Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Учебной дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж»**

Самостоятельная работа идет постоянно в течение всего периода обучения. Для улучшения качества самостоятельной работы студентам предложены вопросы для самостоятельной подготовки к занятиям:

1. ЛФК, предмет, задачи, связь с другими дисциплинами.
2. Классификация физических упражнений в ЛФК,
3. Лечебное действие физических упражнений.
4. ЛФК при заболеваниях сердечно – сосудистой системы (гипертоническая болезнь, атеросклероз, инфаркт миокарды),
5. ЛФК при заболеваниях органов дыхания (бронхит, пневмония, бронхиальная астма).
6. ЛФК при заболеваниях нервной системы.
7. ЛФК при заболеваниях обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, моно- и поли - артрит).
8. ЛФК при травмах и заболеваниях ОДА. Нарушение осанки, сколиоз. Плоскостопие.
9. Массаж, виды, противопоказания к назначению, основные приёмы.
10. Аппаратный массаж.
11. Точечный, сегментарный, гигиенический массаж.
12. Спортивный массаж.

## **Самоконтроль внеаудиторной работы по курсу «Лечебная физическая культура и массаж»**

Самоконтроль внеаудиторной работы студентов может быть произведен студентами на образовательных сайтах.

Для выполнения индивидуальных заданий студентам предложены рефераты по следующим темам:

1. ЛФК и массаж при травмах.
2. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
3. ЛФК и массаж при заболеваниях ОДА,
4. Спортивный массаж, основные приёмы и классификация.
5. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания.
6. Классификация физических упражнений в ЛФК.
7. Средства, формы и современные методы ЛФК.
8. Основные приёмы классического массажа.

**Контроль самостоятельной работы студентов осуществляется в виде:**

1. Устных опросов на занятиях
2. Тестовых заданий систематически проводимых на занятиях.
3. Итоговый контроль осуществляется на экзаменах и зачетах.

### **Условия допуска к зачету и экзамену**

1. Выполнение учебного плана
2. Аттестация на коллоквиумах
3. Наличие лекционного материала
4. Отработка всех пропущенных занятий

**Вопросы для промежуточной аттестации по курсу «Лечебной физической культуры и спорта»**

### **Вопросы к зачету по курсу «Лечебная физическая культура и массаж" за 8 учебный семестр.**

1. ЛФК. Предмет, задачи. История развития. Связь с другими науками.
2. Средство, формы, методы ЛФК. Показания, противопоказания к занятиям ЛФК.
3. Влияние физических упражнений на организм человека.
4. Реабилитация. Цель, задачи. Виды реабилитации. Этапы реабилитации. Полная и частичная компенсация.
5. Классификация физических упражнений.
6. Общие требования к составлению методики ЛФК. Основные принципы подбора физических упражнений.

7. Дозировка физической нагрузки. Плотность занятий.
8. Периоды ЛФК. Режимы двигательной активности.
9. Методы врачебно-педагогической оценки влияния ЛФК на организм человека.
10. ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы. Нарушения работы сердца. Методика ЛФК в зависимости от степени недостаточности кровообращения.
11. Атеросклероз. Факторы риска. Клинические проявления. Основные задачи ЛФК при атеросклерозе.
12. Ишемическая болезнь сердца (ИБС). Клинические формы. Задачи и методика ЛФК при стенокардии.
13. Определение толерантности физической нагрузки (ТФН) и функционального класса ИБС. Методика ЛФК при I-III функциональных классов ИБС.
14. Инфаркт миокарда (ИМ). Классификация, клиника. Методика ЛФК при ИМ на разных этапах реабилитации.
15. Гипертоническая болезнь (ГБ). Классификация ГБ, факторы риска, клиника. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации.
16. Критерии оценки воздействия физических нагрузок при ГБ. Пороговый уровень АД. Предельно допустимая ЧСС в зависимости от возраста.
17. Заболевания органов дыхания, причины их возникновения. Механизмы лечебного действия физических упражнений при этих заболеваниях.
18. Типы дыхания. Задачи ЛФК и противопоказания для занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
19. ЛФК при бронхите, пневмонии и плеврите. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации.
20. ЛФК при бронхиальной астме (БА). Клинические проявления БА. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации. Парадоксальная гимнастика по Стрельниковой. Методика Бутейко.
21. Задачи и методика ЛФК при туберкулезе. Противопоказания для занятий ЛФК при туберкулезе.
22. Основные клинические проявления при заболеваниях нервной системы. Виды параличей и парезов. Невриты и невралгии. Задачи и методика ЛФК при периферических параличах.
23. Нарушение мозгового кровообращения. Классификация и клиника. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации. Противопоказания к занятиям ЛФК.
24. Детский церебральный паралич.
25. Клинические формы. Восстановительные периоды. Задачи ЛФК и основные виды упражнений.
26. Комплексная реабилитация при детском церебральном параличе.
27. Ожирение. Факторы риска. Классификация. Задачи и методика ЛФК. Противопоказания к занятиям на тренажере.

28. Сахарный диабет. Характеристика заболевания. Задачи ЛФК. Показания и противопоказания.
29. Заболевания суставов. Классификация. Задачи, средства и формы ЛФК.
30. Остеохондроз. Предрасполагающие факторы. Классификация. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации.
31. Нарушение осанки. Физиологические изгибы позвоночника. Критерии правильной осанки.
32. Степени нарушения осанки. Виды нарушения осанки. Задачи ЛФК, противопоказания.
33. Сколиоз. Классификация. Задачи ЛФК.
34. Травмы опорно-двигательного аппарата (ОДА).
35. Травматический шок. Стадии травматического шока.
36. Перелом. Классификация. Консервативный и оперативный методы лечения.
37. Периоды ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата. Задачи ЛФК, средства, формы.
38. Переломы костей нижних конечностей.
39. Открытые травмы коленного сустава. ЛФК.
40. Переломы костей голени. ЛФК.
41. Переломы костей лодыжек и стопы. ЛФК.
42. ЛФК при травмах позвоночника.
43. ЛФК при повреждениях грудной клетки.
44. ЛФК при переломах верхних конечностей.
45. ЛФК при переломах костей таза.
46. Массаж. Влияние массажа на организм. Массажные средства. Показания и противопоказания.
47. Классификация, виды, формы массажа.
48. Методы и формы лечебного массажа.
49. Основные приемы массажа.
50. Гигиенический массаж. Косметический массаж.
51. Виды аппаратного массажа.
52. Точечный массаж. Методы воздействия.
53. Сегментарный массаж.
54. Спортивный массаж. Классификация. Методика проведения.

## 7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица 1.1 Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого

7	10	10	20	40	0	0	20	100
8	10	0	30	40	0	0	20	100

### Программа оценивания учебной деятельности студента 7 семестр

#### Лекции

Посещаемость, опрос, активность и др. за один семестр – от 0 до 10 баллов.

#### Лабораторные занятия

Выполнение заданий на лабораторных занятиях в течение одного семестра - от 0 до 10 баллов.

#### Практические занятия

Выполнение заданий на практических занятиях в течение одного семестра - от 0 до 20 баллов.

#### Самостоятельная работа

Изучение и выполнение самостоятельно работ по заданным темам дисциплины в течение одного семестра - от 0 до 40 баллов.

#### Автоматизированное тестирование

Не предусмотрено.

#### Другие виды учебной деятельности

Не предусмотрено.

**Таблица 2. Пример пересчета полученной студентом суммы баллов по дисциплине  
«Лечебная физическая культура и массаж» в оценку (зачет):**

60 баллов и более	«зачтено» (при недифференцированной оценке)
меньше 60 баллов	«не зачтено»

#### Промежуточная аттестация

При определении разброса баллов при аттестации преподаватель может воспользоваться следующим примером ранжирования:

**24-30 баллов** – ответ на «отлично»

**21-25 баллов** – ответ на «хорошо»

**16-20 баллов** – ответ на «удовлетворительно»

**0-15 баллов** – неудовлетворительный ответ.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за один семестр по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» составляет 100 баллов.

### Программа оценивания учебной деятельности студента 8 семестр

#### Лекции

Посещаемость, опрос, активность и др. за один семестр – от 0 до 10 баллов.

### **Лабораторные занятия**

Не предусмотрены.

### **Практические занятия**

Контроль выполнения лабораторных заданий в течение одного семестра - от 0 до 30 баллов.

### **Самостоятельная работа**

Выполнение заданных тематических работ в течение одного семестра - от 0 до 40 баллов.

### **Автоматизированное тестирование**

Не предусмотрено

### **Другие виды учебной деятельности)**

Не предусмотрено.

### **Промежуточная аттестация**

При определении разброса баллов при аттестации преподаватель может воспользоваться следующим примером ранжирования:

**26-30 баллов** – ответ на «отлично»

**21-25 баллов** – ответ на «хорошо»

**16-20 баллов** – ответ на «удовлетворительно»

**0-15 баллов** – неудовлетворительный ответ.

**Таблица 3. Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности**

менее 60 баллов	«неудовлетворительно»
61 – 80 баллов	«удовлетворительно»
81 – 90 баллов	«хорошо»
91 – 100 баллов	«отлично»

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за один семестр по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» составляет 100 баллов.

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж»**

### **а) литература:**

- 1.Лечебная физическая культура/Под ред. С.Н.Попова. М.,2009
- 2.Бирюков А.А. Лечебный массаж. М..2004

### **б) программное обеспечение и интернет-ресурсы**

### **программное обеспечение**

Microsoft Windows 7 Home Basic предустановленное оборудование  
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса-  
Стандартный Russian Edition. 1500-2499  
Node 1 year Educational Renewal License  
№ лицензии 0B00160530091836187178

### **интернет-ресурсы**

<http://dic.academic.ru>

[http:// revolution.allbest.ru](http://revolution.allbest.ru)

[http:// medichelp.ru](http://medichelp.ru)

[http:// Med-Tutorial.ru](http://Med-Tutorial.ru)

[http:// slovari.yandex.ru](http://slovari.yandex.ru)

[http:// gigiena-center.ru](http://gigiena-center.ru)

<http://sci-rus.com/rehabilitation/kaperov/kaperov06.htm>

### **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

1. Учебная литература.

2. Таблицы.

3. Оборудование массажная кушетка, муляж для проведения массажа.

4. Учебные видеодиски «Идеальная осанка», «Лечение и профилактика детского сколиоза», «Нет плоскостопию у детей», «Дышите свободно», «Спортивный массаж», «Массаж для начинающих».

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 49.03.01 «Физическая культура» и профилю подготовки «Физкультурно-оздоровительные технологии».

Автор:

доцент, кандидат медицинских наук



Царева Н.М

Программа одобрена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания, от 25.11.2021, протокол № 3