

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Чотчаева Марина Юрьевна  
Должность: И.о. директора  
Дата подписания: 01.09.2020 14:07:01  
Уникальный идентификатор:  
a61adf3818e92721f893b0cf41c73ce0cb02ec1a

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ**

**Фиалиал**

**государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования**

**«Ставропольский государственный педагогический институт» в г. Ессентуки**

Кафедра физической культуры

Утверждена  
Заведующий кафедрой  
доцент            Е.Н.Алексеева  
протокол №1 от 1 сентября 2020г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Лечебная физическая культура и массаж**

**Уровень основной профессиональной образовательной программы** бакалавриат

**Направление подготовки** 44.03.01 Педагогическое образование

**Направленность (профиль)** «Физическая культура»

**Форма обучения** заочная

**Срок освоения ОПОП** 4 года 6 месяцев

**Год начала обучения** 2020

Ессентуки, 2020 г.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с учебным  
планом по соответствующей образовательной программе

Автор-разработчик

*Голякова Н.Н., к.п.н., доцент кафедры физической культуры*

---

*ФИО, должность, ученая степень, звание*

«Согласовано»

Заведующий выпускающей кафедры физической культуры

Алексеева Е.Н., канд. пед. наук, доцент

---

*ФИО, ученая степень, звание, подпись*

«1» сентября 2020 г.

«Согласовано»

Заведующий библиотекой

Бельдиева Т.В.

---

*ФИО, подпись*

«1» сентября 2020 г.

## Содержание

1. Цель и задачи, дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....	4
4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	6
5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий.....	7
6. Контроль качества освоения дисциплины.....	8
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	9
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы.....	9
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	10
Приложение 1. Методические материалы	
Приложение 2. Оценочные материалы	

## 1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» формирование у студентов знаний, исследовательских и практических умений по организации физического воспитания различных групп населения и тренировочного процесса в отдельных видах спорта на основе современных гигиенических принципов.

Основные задачи данной дисциплины:

- ознакомить студентов с научными основами общей гигиены и гигиены физического воспитания и спорта;
- ознакомить студентов с основами гигиенического нормирования факторов физического воспитания и спорта;
- дать студентам знания об организации и условиях проведения занятий массовой физической культурой в разные возрастные периоды;
- ознакомить студентов с современными гигиеническими принципами и подходами к нормированию одежды, обуви и спортивного инвентаря;
- ознакомить студентов с гигиеническими принципами и методиками повышения общей неспецифической резистентности организма.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к предметно-методическому модулю. Дисциплины для освоения учебного материала по дисциплине используются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний», «Физическая культура для студентов специальной медицинской группы», «Спортивная медицина», «Физиология физического воспитания и спорта».

Знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: «Оздоровительный фитнес», «Методика оздоровительной физической культуры», а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки к государственной итоговой аттестации.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
<b>Универсальные компетенции</b>		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные	<b>знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– нормы здорового образа жизни, ценности физической культуры;</li><li>– основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>– правила личной гигиены, меры безопасности на занятиях физической культурой.</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– правильно организовать режим времени, способствующий здоровому образу жизни;</li><li>– обобщать, критически и конструктивно анализировать способы занятий физической культурой, оценивать физическое состояние своего организма;</li><li>– использовать средства и методы физкультурно-спортивной деятельности.</li></ul> <b>Владеть:</b>

	<p>возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>	<p>– способами прогнозирования и оценки последствий воздействия на организм занятий физической культурой и спортом</p>
<p>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.</p> <p>УК-8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные опасности и характер их воздействия на человека и окружающую среду;</li> <li>– современные угрозы, опасности и риски в киберпространстве;</li> <li>– правила безопасного поведения и методы защиты от опасных и чрезвычайных ситуаций в процессе жизнедеятельности;</li> <li>– превентивные мероприятия по обеспечению безопасности в образовательной организации;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать факторы риска и выстраивать алгоритм безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– выстраивать алгоритм безопасного поведения в киберпространстве;</li> <li>– применять различные методы защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– формировать у детей и подростков мотивацию к здоровому образу жизни и культуру безопасного поведения;</li> <li>– организовывать и проводить работу с учащимися, родителями (законными представителями) обучающихся и персоналом образовательных организаций по формированию навыков безопасного поведения при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами организации безопасной и комфортной образовательной среды;</li> <li>– навыками оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– методами формирования культуры безопасного и ответственного поведения.</li> </ul>

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 144 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы	Всего ча-	Семестры
--------------------	-----------	----------

		сов	1	
Контактные часы	<b>Всего:</b>	8,3	8,3	
	Лекции (Лек)	2	2	
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	6	6	
	Лабораторные занятия (Лаб)			
	Индивидуальные занятия (ИЗ)			
Промежуточная аттестация	зачет (КПА)	0,3	0,3	
	Консультация к экзамену (Конс)			
	Курсовая работа (Кр)			
Самостоятельная работа студентов, в т.ч. с использованием электронного обучения (СР)		63,7	63,7	
Подготовка к экзамену (Контроль)				
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	
<b>Общая трудоемкость (по плану)</b>		72	72	

### 5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занят

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Лабораторные занятия	СРС	Контактно-преподавательская	Всего	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
1 семестр								
Тема 1. Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.				2		2	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 2. Дозировка и критерии и величины физической нагрузки в лечебной физической культуре				8		8	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 3. Приемы и техника массажа. Средства массажа.				4		4	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 4. Приемы классического массажа. Гигиенический массаж Спортивный массаж Косметический массаж. Самомассаж				4		4	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 5. Контроль за переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа	2			6		8	УК-7.1-7.4; УК-8.1-	Собеседование, тестирование

							8.2, ПК-5	
Тема 6. Лечебная физическая культура при травмах		2		12,7		14,7	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 7. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы				6		6	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 8. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания				6		6	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 9. Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболеваниях суставов				4		4	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 10. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы		2		6		8	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Собеседование, тестирование
Тема 11. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки у детей и подростков		2		5		7	УК-7.1-7.4; УК-8.1-8.2, ПК-5	Вопросы и задания к экзамену
Всего:	2	6		63,7	0,3	72		
<b>Итого:</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		<b>63,7</b>	<b>0,3</b>	<b>72</b>		

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1.).

### 6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах», «Положением о рейтинговой системе учета учебных достижений студентов в ГБОУ ВО СГПИ».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»

<b>Описание критериев оценивания</b>			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> </ul> <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul>

### **7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС ГБОУ ВО СГПИ.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности:



- поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме;
- работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками, нормативными документами, архивными и др. источниками информации (конспектирование);
- составление плана и тезисов ответа;
- подготовка сообщения (реферата);
- выполнение индивидуальных заданий;
- подготовка к практическим, семинарским, лабораторным занятиям и др.;

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### *Основная литература:*

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э. Н. Вайнер. — М.: ФЛИНТА, 2012. — 424 с. // ЭБС «Лань». – Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/60707>

### *Дополнительная литература*

1. Кузьменко, Г.А. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена: Программа элективного курса для основного общего образования / Г.А. Кузьменко, К.М. Эссеббар. — Москва: МПГУ, 2013. — 140 с. // ЭБС «Лань». — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/70052>
2. Физическая культура и спорт в специальной медицинской группе: учебное пособие / А. Агеев [и др.] ; под ред. Р.Р. Магомедов.— Ставрополь : СГПИ, 2018. — 196 с. // ЭБС «Лань». — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/117676>

### *Интернет-ресурсы:*

#### **ЭБС**

1. ЭБС «Национальный цифровой ресурс «Руконт». <https://rucont.ru/>
2. ЭБС «Лань». <https://e.lanbook.com/>
3. Национальная электронная библиотека (НЭБ). <https://нэб.рф>
4. ЭБС «Юрайт» <https://biblio-online.ru/>
5. ЭБС «Айбукс.ру.» <https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>
6. ЭБС Бук он лайм. <http://book-online.com.ua/>

#### **ЭОР**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru/catalog/>
2. Словари и энциклопедии. <https://dic.academic.ru/>
3. Педагогическая мастерская «Первое сентября». <https://fond.1sept.ru/>
4. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. [http://fcior.edu.ru/catalog/srednee\\_obshee](http://fcior.edu.ru/catalog/srednee_obshee)
5. Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов. <http://school-collection.edu.ru/>
6. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. <https://elibrary.ru/>
7. «Научная электронная библиотека «Киберленинка». <https://cyberleninka.ru/>
8. Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа. <http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html>.
9. Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив». <https://научныйархив.рф>
10. Электронная база данных Университетская информационная система Россия (УИС РОССИЯ)
11. Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа. [http://www.ras.ru/e\\_resours/resursy\\_otkrytogo\\_dostupa.php](http://www.ras.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php)

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

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в аудитории №310. Кабинет анатомии, физиологии и гигиены человека. Учеб-

ный кабинет укомплектован: персональный компьютер, проекционный экран, мультимедийный проектор, комплект учебной мебели.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).

2. Adobe Acrobat Reader.

3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).

4. Программа тестирования Айрен.

## Лист изменений рабочей программы дисциплины

№ п\п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование № 125 от 22. 02 2018 г.	Протокол заседания кафедры от «31» августа 2019 г. № 2	31.08.2019г.
2.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Актуализирована в части лицензионного обеспечения в связи с его ежегодным обновлением.	Протокол заседания кафедры от «1» сентября 2020 г. № 1	01.09.2020 г.

**Методические материалы по дисциплине**

«Лечебная физическая культура и массаж»

- 1. Планы лабораторных работ и методические рекомендации** (не предусмотрено)
- 2. Планы практических занятий** (не предусмотрено)
- 3. Планы семинарских занятий и методические рекомендации**

1 семестр

**Тема 1.** Лечебная физическая культура при травмах.

**Семинарское занятие 1.**

1. Понятие о травматологии, организация травматологической помощи в России.
2. Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы лечения.
3. Классификация травм.
4. Задачи и общие принципы лечебной физкультуры и массажа в лечении травм.
5. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах.
6. Переломы костей, классификация, клиника, первая помощь, современные методы лечения переломов костей.
7. Частные методики лечебной физкультуры и массажа при переломах костей плечевого пояса, позвоночника, таза и нижних конечностей.
8. Методика физического воспитания учащихся, имеющих остаточные явления травм, на уроках физической культуры в школе.

**Тема 2.** Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы

**Семинарское занятие 2.**

1. Характеристика двигательных и чувствительных нарушений при травмах и заболеваниях различных структур нервной системы.
2. Вялые и спастические параличи, задачи и методика лечебной физкультуры и массажа при данных заболеваниях.
3. Заболевания и травмы головного мозга: методика лечебной физкультуры и массажа. Заболевания и травмы спинного мозга и периферических нервов; методика лечебной физкультуры и массажа.
4. Детские церебральные параличи.
5. Методики лечебной физкультуры: аналитическая, эволюционная, функциональная; методика массажа.
6. Физическое воспитание школьников с детскими церебральными параличами

**Тема 3.** Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки у детей и подростков

**Семинарское занятие 3.**

1. Понятие осанка.
2. Виды нарушений осанки.
3. Методы исследования осанки.
4. Причины. Классификация.
5. Задачи и методика ЛФК и массажа при дефектах осанки.
6. Сколиоз. Понятие. Степени.

#### 4. Задания для самостоятельной работы

1 семестр

Наименование раздела (темы) учебной дисциплины	Формы СРС	Результат	Всего часов
1	2	3	4
Лечебная физическая культура и массаж.	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.	Тестирование	2
	Дозировка и критерии и величины физической нагрузки в лечебной физической культуре	Тестирование	8
	Приемы и техника массажа. Средства массажа.	Тестирование	4
	Приемы классического массажа. Гигиенический массаж Спортивный массаж Косметический массаж. Самомассаж	Тестирование	4
	Контроль за переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа	Тестирование	6
	Лечебная физическая культура при травмах	Тестирование	12,7
	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Тестирование	6
	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания	Тестирование	6
	Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболевании суставов	Тестирование	4
	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы	Тестирование	6
	Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки у детей и подростков	Тестирование	5
			Итого: 63,7

#### 5. Примерные темы рефератов

1. Лечебная гимнастика при травмах.
2. Лечебная физическая культура и массаж при оперативных вмешательствах.
3. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении обмена веществ (ожирение, сахарный диабет, гипотрофия).
4. Лечебная физическая культура и массаж при сколиозах.
5. Массаж, его виды, влияние на организм, показания к назначению.

6. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки во фронтальной плоскости.
7. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки в сагитальной плоскости.
8. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях дыхательной системы.
9. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
10. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях и травмах нервной системы.
11. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении зрения.
12. Спортивный массаж, его место в реабилитации спортсменов после травм.
13. Лечебная физическая культура и массаж при ожогах и обморожениях
14. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов пищеварения.
15. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

## Оценочные материалы по дисциплине «Лечебная физическая культура и спорт»

### 1. Оценочные материалы для текущего контроля

#### 1.1. Тестовые материалы

##### *Рефераты по темам:*

1. Лечебная физическая культура и массаж при сколиозах.
2. Лечебная гимнастика при травмах.
3. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях дыхательной системы.
4. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях и травмах нервной системы.

##### *Подготовка презентационных материалов по темам:*

1. Лечебная гимнастика при травмах.
2. Лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки во фронтальной плоскости.

#### **Критерии оценки**

Оценка качества усвоения учебной дисциплины по уровню сформированности компетенций: УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4; УК-8.1 УК-8.2; ПК-5.2 . ПК-5.3

Содержание программы дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» позволяет проводить оценку результатов обучения при помощи бально-рейтинговой системы. Для оценки учебных достижений студентов применяется технологическая карта дисциплины.

Владение базовыми знаниями для освоения дисциплины означает, что студент имеет общие представления о предметной области знаний.

Выполнение минимальных требований программы дисциплины означает, что студент владеет понятийным аппаратом и основными теоретическими положениями, но не способен к практическому применению полученных знаний; способен транслировать полученные знания и др.

Сформированность заданных компетенций означает, что студент владеет учебным материалом на хорошем теоретическом и практическом уровне, который обеспечивает способность к дальнейшему обучению; обладает интегративным знанием; способен интерпретировать полученную учебную информацию; владеет навыками поиска информации и её обработки и др.

Сформированность приобретённых компетенций и навыков обозначает, что студент владеет и демонстрирует навыки самостоятельной работы.

#### **Тестовые материалы по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»**

*1. Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного?*

1. 10 минут
- +2. 20 минут
3. 30 минут
4. 12 минут
5. 15 минут

*2. Какова норма площади на 1 занимающегося больного в ЛФК?*

1. 2 кв.м
- +2. 4 кв.м
3. 8 кв.м
4. 3 кв.м
5. 5 кв.м

3. *Какова характерная особенность метода ЛФК?*
1. использование лечебного массажа
  2. использование специальных исходных положений
  - +3. использование физических упражнений
  4. использование иглорефлексотерапия
  5. использование физиотерапевтического лечения
4. *Какие функциональные тесты используются в ЛФК?*
1. антропометрия
  - +2. гониометрия
  3. соматоскопия
  4. спирография
  5. плантография
5. *Каковы средства ЛФК?*
- +1. физические упражнения
  2. подвижные игры
  3. закаливающие процедуры
  4. занятия на велотренажере
  5. плавание
6. *Каков механизм лечебного действия физических упражнений?*
1. физические упражнения формируют специальные мышечные рефлекс
  2. физические упражнения повышают мышечный тонус
  - +3. физические упражнения оказывают универсальное действие
  4. психологический
  5. расслабляющий
7. *Что относится к формам ЛФК?*
1. занятие дыхательной гимнастикой
  2. контрастное закаливание
  - +3. механотерапия
  4. массаж
  5. мануальная терапия
8. *Какие упражнения малой интенсивности?*
1. динамические дыхательные упражнения
  - +2. активные упражнения в дистальных отделах конечностей
  3. упражнения на велотренажере
  4. идиомоторные упражнения
  5. упражнения с гантелями
9. *Какой двигательный режим относится к стационарному периоду лечения?*
- +1. свободный режим
  2. щадящий режим
  3. тренирующий режим
  4. госпитальный режим
  5. щадяще-тренирующий режим
10. *Что является единицей нормирования работы по ЛФК?*
- +1. процедура лечебной гимнастики
  2. процедурная единица
  3. время теста с физической нагрузкой
  4. количество пациентов
  5. количество групп ЛФК в смену
11. *Какие методы определения эффективности занятия ЛФК применяют?*
1. изменение частоты пульса
  2. антропометрия
  - +3. тесты со стандартной физической нагрузкой
  4. ортостатическая проба
  5. хорошее настроение



12. Какие моменты включает функциональная проба Мартинэ?

1. бег на месте в течение 3-х минут
- +2. 20 приседаний за 30 секунд с выбросом рук вперед
3. физическая нагрузка на велотренажере
4. задержка дыхания
5. измерение артериального давления

13. Какие функциональные тесты относятся к специальным?

1. субмаксимальный нагрузочный тест PWC 150-170
- +2. ортостатическая и клиноортостатическая пробы
3. подсчет пульса и изменение АД в динамике
4. холодовая проба
5. проба Мартинэ

14. С какого дня заболевания назначают специальный комплекс лечебной гимнастики при трансмуральном инфаркте миокарда?

1. через сутки
2. через неделю
- +3. индивидуально
4. перед выпиской
5. в конце месяца

15. Каково противопоказание для перевода больного инфарктом миокарда на следующую ступень физической активности?

- +1. отрицательная динамика ЭКГ
2. положительная динамика ЭКГ
3. отсутствие осложнений заболевания
4. плохое настроение
5. лишний вес

16. Комплекс лечебной гимнастики N1 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

- +1. физические упражнения в дистальных отделах конечностей
2. движения в конечностях в полном объеме
3. физические упражнения на натуживание
4. трудотерапия
5. упражнения с отягощением

17. Комплекс лечебной гимнастики N2 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

+1. физические упражнения в смене исходных положений лежа-сидя-лежа  
2. физические упражнения с гимнастическими предметами в исходном положении стоя

3. дозированная ходьба
4. только исходное положение лежа
5. исходное положение на снарядах

18. Комплекс лечебной гимнастики N3 при инфаркте миокарда включает следующее:

1. физические упражнения на дистальные отделы конечностей
- +2. дозированная ходьба по коридору стационара
3. занятия на тренажерах
4. движения в конечностях
5. симметричные упражнения

19. Комплекс лечебной гимнастики N4 при инфаркте миокарда включает следующее:

- +1. маховые упражнения
2. упражнения с отягощением
3. дренажные дыхательные упражнения
4. упражнения с сопротивлением
5. упражнения на мелкие группы мышц

20. Какой основной вид физической нагрузки применяют на санаторном этапе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда?

1. подвижные игры
2. силовые упражнения
- +3. дозированная тренировочная ходьба
4. трудотерапия
5. занятия на велотренажере

21. Что является противопоказанием к назначению разных форм ЛФК при гипертонической болезни?

- +1. гипертонический криз
2. единичные экстрасистолы
3. АД 180/100 мм.рт.ст.
4. АД 105/75 мм.рт.ст.
5. плохое настроение

22. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

- +1. упражнения со статическим и динамическим усилием
2. дыхательные упражнения статического и динамического характера
3. упражнения на дистальные отделы конечностей
4. упражнения на расслабление
5. упражнения с предметом

23. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

1. кашель с мокротой
2. субфебрильная температура
- +3. тахикардия (пульс свыше 100 уд. в мин.)
4. потливость
5. плохой сон

24. Задачи ЛФК на постельном режиме при острой пневмонии:

1. профилактика ателектазов
2. рассасывание экссудата
- +3. уменьшение дыхательной недостаточности
4. уменьшение кашля
5. нормализация ЧСС

25. Какие физические упражнения являются специальными на свободном режиме при острой пневмонии?

1. упражнения в расслаблении
- +2. динамические дыхательные упражнения
3. статические дыхательные упражнения
4. идеомоторные упражнения
5. симметричные упражнения

26. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

1. исходное положение лежа на животе
- +2. исходное положение сидя, положив руки на стол
3. исходное положение основная стойка
4. исходное положение на боку
5. исходное положение на четвереньках

27. Какие дыхательные упражнения способствуют растяжению спаек при экссудативном плеврите?

- +1. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на больной стороне
2. динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на здоровой стороне
3. звуковая дыхательная гимнастика
4. изометрические упражнения
5. упражнения на расслабление

28. *Какие противопоказания к назначению ЛФК при ХНЗЛ по тренирующему режиму?*

- +1. одышка при ходьбе в медленном и среднем темпе
- 2. одышка при подъеме на лестницу в среднем и ускоренном темпе
- 3. одышка при выполнении физических упражнений с гимнастическими предметами в среднем темпе

4. увеличение АД до 130/80 мм.рт.ст.

5. плохое настроение

29. *Какие специальные упражнения при спланхноптозе?*

1. подскоки, прыжки

+2. физические упражнения для тазового дна

3. физические упражнения с отягощением

4. упражнения с отягощением

5. упражнения на расслабление

30. *Какой курс лечения при спланхноптозе?*

1. 10 дней

2. 1 месяц

+3. год и более

4. 2 месяца

5. 5 месяцев

31. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?*

+1. "дегтярный" стул

2. наличие "ниши" на рентгенограмме

3. Боли, зависящие от приема пищи

4. плохой аппетит

5. запоры

32. *Каковы особенности методики ЛФК при спастических запорах?*

1. необходимость частой смены исходных положений

+2. необходимость выбора разгрузочных исходных положений

3. необходимость статических мышечных напряжений

4. занятия на снарядах

5. только индивидуальные занятия

33. *Какие особенности методики ЛФК при атонических запорах?*

1. упражнения в расслаблении

2. упражнения с ограниченной амплитудой движений

+3. акцент на упражнения для мышц живота

4. продолжительность занятия 10 минут

5. упражнение на растягивание

34. *Что способствуют лучшему опорожнению желчного пузыря?*

1. статические дыхательные упражнения

2. динамические дыхательные упражнения

+3. диафрагмальное дыхание

4. упражнения на расслабление

5. исходное положение сидя

35. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК при ожирении?*

1. наличие одышки при физической нагрузке

+2. обострение сопровождающего калькулезного холецистита

3. алиментарное ожирение III степени

4. вес 95 кг

5. ЧСС 90 уд./мин.

36. *Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?*

1. назначение общего массажа

2. применение механотерапии

- +3. общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной
- 4. занятия на тренажерах
- 5. контроль веса
- 37. *Каковы основные пути борьбы с ожирением?*
  - 1. баня с интенсивным общим массажем
  - +2. физическая активность и рациональная диета
  - 3. длительные курсы голодания
  - 4. занятия "бегом"
  - 5. посещение тренажерного зала
- 38. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК при сахарном диабете?*
  - 1. жажда и полиурия
  - 2. чувство слабости
  - +3. наличие в моче ацетона
  - 4. сахар крови более 5,5 г/л
  - 5. сопутствующее ожирение
- 39. *Какие наиболее терапевтические методики ЛФК в клинике нервных болезней?*
  - 1. дыхательная гимнастика
  - +2. специальная лечебная гимнастика
  - 3. малоподвижные игры
  - 4. терренкур
  - 5. мануальная терапия
- 40. *Каковы особенности методики ЛФК в клинике нервных болезней?*
  - 1. использование в основном пассивных упражнений
  - +2. лечение движением при нарушении функции движения
  - 3. применение ЛФК после стабилизации общего состояния больного
  - 4. упражнения с предметами
  - 5. дыхательные упражнения
- 41. *Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?*
  - +1. лечение положением
  - 2. применение пассивных упражнений
  - 3. применение активных упражнений
  - 4. упражнения на тренажерах
  - 5. упражнения с отягощением
- 42. *Каковы особенности методики ЛФК при невритах?*
  - 1. применение упражнений с отягощением
  - +2. применение облегченных исходных положений
  - 3. применение в основном дыхательных упражнений
  - 4. применение исходного положения сидя
  - 5. применение упражнений с гантелями
- 43. *Каковы сроки назначения ЛФК при неврите лицевого нерва?*
  - +1. с первых дней заболевания
  - 2. через месяц после начала заболевания
  - 3. после стабилизации общего состояния
  - 4. после стихания болей
  - 5. после выписки из стационара
- 44. *Какие моменты входят в лечение положением при неврите лицевого нерва?*
  - 1. спать на здоровой стороне
  - +2. спать на стороне поражения
  - 3. спать на спине
  - 4. спать на боку
  - 5. спать на животе
- 45. *Какие особенности лейкопластырного натяжения при неврите лицевого нерва?*
  - 1. натяжение с больной стороны на здоровую
  - 2. фиксация лейкопластырем имеющейся патологии

- +3. натяжение со здоровой стороны на больную
- 4. ширина лейкопластыря 5см
- 5. длина лейкопластыря 15см
- 46. *Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:*
  - 1. применение механотерапии
  - +2. применение трудотерапии
  - 3. применение массажа
  - 4. применение идеомоторных упражнений
  - 5. применение физиотерапевтического лечения
- 47. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на брюшной полости?*
  - 1. предоперационный период
  - 2. ранний послеоперационный период
  - +3. наличие осумкованного гноя
  - 4. наличие кашля
  - 5. запоры
- 48. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на органах грудной клетки?*
  - 1. наличие мокроты
  - +2. легочное кровотечение
  - 3. субфебрильная температура тела
  - 4. АД 130/80 мм.рт.ст.
  - 5. плохое настроение
- 49. *Каковы сроки назначения ЛФК после неосложненной аппендэктомии?*
  - +1. через сутки
  - 2. после снятия швов
  - 3. перед выпиской из стационара
  - 4. после выписки из стационара
  - 5. после нормализации стула
- 50. *Каковы особенности ЛФК после операций по поводу ранений брюшной полости?*
  - +1. учитывать наличие каловых свищей
  - 2. применение упражнений на натуживание
  - 3. использование частой смены исходных положений
  - 4. использование снарядов
  - 5. использование дыхательных упражнений
- 51. *Особенности ЛФК при гнойных осложнениях легких?*
  - 1. применение упражнений на тренажерах
  - +2. применение дренажной гимнастики
  - 3. применение общефизических упражнений
  - 4. применение пассивных упражнений
  - 5. перемена исходного положения
- 52. *Особенности ЛФК перед пульмонэктомией:*
  - +1. применение специальных упражнений для активизации здорового легкого
  - 2. применение специальных упражнений для активизации больного легкого
  - 3. применение специальных упражнений для тренировки сердечной деятельности
  - 4. применение специальных упражнений на верхние конечности
  - 5. применение специальных упражнений на нижние конечности
- 53. *Каковы особенности методики ЛФК после операции по поводу варикозного расширения вен нижних конечностей?*
  - +1. приподнятый ножной конец кровати
  - 2. давящие повязки на ногах
  - 3. выполнение физических упражнений в исходном положении стоя
  - 4. использование исходного положения сидя

5. упражнения с предметами
54. Какой двигательный дефект появляется после острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта)?
1. вялый паралич нижних конечностей
  - +2. спастический гемипарез
  3. наличие тремора
  4. снижение мышечного тонуса
  5. затруднение дыхания
55. С какого момента назначают специальную лечебную гимнастику при геморрагическом инсульте?
1. с первых часов после инсульта
  2. перед выпиской из стационара
  - +3. после восстановления гемодинамики
  4. через неделю
  5. после выписки из стационара
56. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?
- +1. с первых часов после инсульта
  2. после стабилизации общего состояния
  3. перед выпиской из стационара
  4. через 3 суток
  5. после выписки из стационара
57. Какие противопоказания к назначению ЛФК при беременности?
1. беременность 6-12 недель
  - +2. привычные выкидыши в анамнезе
  3. беременность 36-38 недель
  4. беременность 12-16 недель
  5. беременность 20 недель
58. Какие физические упражнения входят в предродовую гимнастику?
- +1. ходьба с динамическими дыхательными упражнениями
  2. простые физические упражнения для конечностей из исходного положения лежа на животе
  3. приседания и подскоки в пределах состояния беременной
  4. кувырки
  5. подтягивания
59. Какие задачи ЛФК при хронических воспалительных заболеваниях женских половых органов?
1. восстановление детородной функции
  2. нормализация гормональной функции
  - +3. ликвидация остаточных явлений воспалительного процесса в малом тазу
  4. улучшение фигуры
  5. нормализация веса
60. Какие исходные положения должны быть при ретрофлексии матки?
- +1. коленно-локтевое
  2. на правом боку
  3. на спине
  4. на стуле
  5. на животе
61. Какие моменты следует исключить в занятиях специальной лечебной гимнастикой при недержании мочи у женщин?
1. дозированные статические напряжения мышц
  - +2. наклоны вперед
  3. исходное положение коленно-локтевое
  4. изометрические упражнения
  5. упражнения с предметами

62. *Какие средние сроки сращения отломков после неосложненных переломов трубчатых костей?*

1. 1-2 недели
- +2. 3-4 недели
3. пол-года
4. 2 месяца
5. до 7 дней

63. *Каковы противопоказания к назначению ЛФК в травматологии?*

1. период иммобилизации
2. наличие металлоosteосинтеза
- +3. наличие ложного сустава
4. наличие болей
5. снижение тонуса мышц

64. *Какие периоды входят в стационарный этап лечения травматологических больных?*

1. острый период
- +2. период восстановительный
3. период реконвалесценции
4. период обострения
5. подострый период

65. *Какие методы исследования функции конечностей используют в травматологии?*

1. внешний осмотр
2. антропометрия
- +3. гониометрия
4. измерение веса
5. контроль АД

66. *Какие особенности в методике ЛФК при повреждении локтевого сустава?*

- +1. необходимость ранних движений в локтевом суставе
2. необходимость силовых упражнений
3. необходимость упражнений на вытяжение
4. необходимость использования упражнений с предметами
5. необходимость использования дыхательных упражнений

67. *Какие особенности методики ЛФК при травмах локтевого сустава?*

- +1. упражнения должны быть только активные
2. упражнения должны быть только пассивные
3. упражнения должны сочетаться с тепловыми процедурами
4. упражнения идеомоторные
5. упражнения на расслабление

68. *Какие упражнения противопоказаны в период вытяжения при травмах шейного отдела позвоночника?*

1. активные упражнения в дистальных и проксимальных отделах конечностей
- +2. поочередное поднятие прямой ноги
3. поочередные скользящие движения ног
4. дыхательные упражнения
5. упражнения с предметами

69. *Какие упражнения противопоказаны в постиммобилизационном периоде при травмах коленного сустава?*

1. "велосипед"
2. "ножницы"
- +3. приседания
4. идеомоторные упражнения
5. дыхательные упражнения

70. *Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде?*

- +1. исключаются активные движения головой во все стороны
- 2. исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление
- 3. исключаются статические дыхательные упражнения
- 4. исключаются упражнения на расслабление
- 5. исключаются упражнения с предметами

71. *Какие особенности лечебной гимнастики при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника в остром периоде заболевания?*

- 1. использование вращательных движений тазом
- +2. использование дозированных упражнений на вытяжение позвоночника
- 3. использование быстрой смены различных исходных положений
- 4. использование снарядов
- 5. использование упражнений на расслабление

72. *Какие рекомендации необходимы для облегчения состояния больного при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника?*

- 1. исключить тракционное лечение
- 2. чаще выполнять упражнения на прогибание позвоночника назад
- +3. использовать ватно-марлевые валики под коленями в исходном положении лежа на спине
- 4. использовать исходное положение на четвереньках
- 5. использовать исходное положение сидя

73. *Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки во фронтальной плоскости?*

- 1. круглая спина
- 2. плоская спина
- +3. асимметрия туловища
- 4. усиление грудного кифоза
- 5. сглаженность грудного кифоза

74. *Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки в сагиттальной плоскости?*

- +1. сутулость
- 2. кривошея
- 3. сколиоз
- 4. плоская спина
- 5. сглаженность грудного кифоза

75. *Какие могут быть типичные деформации опорно-двигательного аппарата после перенесенного рахита?*

- 1. косолапость
- +2. килевидная грудная клетка
- 3. "полая стопа"
- 4. кривошея
- 5. асимметрия туловища

76. *Какие исходные положения способствуют разгрузке позвоночника?*

- 1. лежа на боку
- +2. на четвереньках
- 3. стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе
- 4. сидя на стуле
- 5. стоя на коленях

77. *Что характерно для сколиоза?*

- 1. торсия позвонков вокруг вертикальной оси
- 2. увеличение физиологических изгибов позвоночника
- 3. асимметрия надплечий
- 4. наличие дуги искривления
- 5. сглаженность грудного кифоза

78. *Что указывает на торсию позвонков?*



1. реберное выпячивание
2. воронкообразная грудь
3. сутулость
4. усиление поясничного лордоза
5. сглаженность грудного кифоза

79. *Какие упражнения противопоказаны при сколиозе?*

1. корригирующие упражнения
2. упражнения в воде
3. упражнения, увеличивающие гибкость позвоночника
4. упражнения на растягивание
5. упражнения на расслабление

80. *Какой метод используют для уточнения диагноза плоскостопия?*

1. пальпация стоп
- +2. плантография стоп
3. измерение длины стопы
4. измерение веса
5. анамнез

81. *Массаж в ЛФК является:*

- а) средством
- б) методом
- в) формой

82. *Назовите абсолютное противопоказание к проведению массажа:*

- а) головная боль
- б) гемофилия
- в) острые воспалительные явления
- г) гипертонический криз
- д) инфаркт миокард

83. *Назовите относительное противопоказание к проведению массажа:*

- а) повышенная температура тела
- б) злокачественное новообразование
- в) гипертоническая болезнь
- г) заболевания крови

84. *При появлении гнойничковой сыпи на массируемой области массажист должен*

- а) массаж продолжить
- +б) массаж отменить
- в) массаж продолжить после обработки гнойничков дезинфицирующим раствором

85. *Частота проведения текущей влажной уборки в массажном кабинете:*

- +а) перед началом смены
- б) 1 раз в 7 дней
- в) через 3 часа работы
- г) 1 раз в день

86. *Укажите способ обработки рук массажиста:*

- а) протираются спиртом после каждого больного
- б) протираются 0,5% раствором хлорамина
- +в) моются проточной водой с 2-х кратным намыливанием
- г) моются проточной водой с однократным намыливанием

## **Критерии оценки**

### **1.2. Критерии оценки реферата**

Срок сдачи готового реферата определяется утвержденным графиком.

В случае отрицательного заключения преподавателя студент обязан доработать или переработать реферат. Срок доработки реферата устанавливается руководителем с учетом сущности замечаний и объема необходимой доработки.

Реферат оценивается по следующей системе:

Оценка "отлично" выставляется за реферат, который носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенный материал, с соответствующими обоснованными выводами.

Оценка "хорошо" выставляется за грамотно выполненный во всех отношениях реферат при наличии небольших недочетов в его содержании или оформлении.

Оценка "удовлетворительно" выставляется за реферат, который удовлетворяет всем предъявляемым требованиям, но отличается поверхностностью, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, предоставлены необоснованные выводы.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется за реферат, который не носит исследовательского характера, не содержит анализа источников и подходов по выбранной теме, выводы носят декларативный характер.

Студент, не представивший в установленный срок готовый реферат по дисциплине учебного плана или представивший реферат, который был оценен на «неудовлетворительно», считается имеющим академическую задолженность и не допускается к сдаче экзамена по данной дисциплине.

### 1.3. Критерии оценки лабораторной работы (Не предусмотрено)

#### 1.4. Критерии оценки презентации

Критерии оценки	Содержание оценки
1. Содержательный критерий	Правильный выбор темы, знание предмета и свободное владение текстом, грамотное использование научной терминологии, импровизация, речевой этикет
2. Логический критерий	Стройное логико-композиционное построение речи, доказательность, аргументированность
3. Речевой критерий	Использование языковых (метафоры, фразеологизмы, пословицы, поговорки и т.д.) и неязыковых (поза, манеры и пр.) средств выразительности; фонетическая организация речи, правильность ударения, четкая дикция, логические ударения и пр.
4. Психологический критерий	Взаимодействие с аудиторией (прямая и обратная связь), знание и учет законов восприятия речи, использование различных приемов привлечения и активизации внимания
5. Критерий соблюдения дизайн-эргономических требований к компьютерной презентации	Соблюдены требования к первому и последним слайдам, прослеживается обоснованная последовательность слайдов и информации на слайдах, необходимое и достаточное количество фото- и видеоматериалов, учет особенностей восприятия графической (иллюстративной) информации, корректное сочетание фона и графики, дизайн презентации не противоречит ее содержанию, грамотное соотношение устного выступления и компьютерного сопровождения, общее впечатление от мультимедийной презентации

### 1.5. Критерии оценки портфолио (Не предусмотрено)

## 2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

### 2.1. Примерный перечень вопросов для зачета.

Вопросы к зачету по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»

1. Комплексное, патогенетическое лечение больного, роль ЛФК.
2. Физиологическое действие физических упражнений, моторно-висцеральные рефлекссы.
3. Физиологические механизмы действия массажа на организм.
4. Влияние массажа на кожу.
5. Влияние массажа на нервную систему.

6. Лечебное действие физических упражнений (тонизирующее, трофическое, выработка компенсаций, нормализации функций).
7. Организация службы ЛФК: роль врача, инструктора-методиста, оборудование кабинета и документация.
8. Влияние массажа на суставно-сумочный аппарат.
9. Механизм восстановления нарушенных функций.
10. Показания и противопоказания в ЛФК.
11. Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы.
12. Влияние массажа на внутренние органы и обмен веществ.
13. Типовые двигательные режимы в стационаре.
14. Типовые двигательные режимы на курортах.
15. Гигиенические основы массажа (помещение, оборудование, инвентарь).
16. Требования, предъявляемые к массажисту и массируемому.
17. Использование в массаже смазывающих веществ (мазей, растирок).
18. Противопоказания к массажу.
19. Дозировка физических упражнений в ЛФК.
20. Классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК.
21. Прием «поглаживание». Физиологическое действие. Технологические параметры. Разновидности.
22. Прием «выжимание». Физиологическое действие. Технологические параметры. Разновидности.
23. Прием «растирание». Физиологическое действие. Технологические параметры. Разновидности.
24. Формы занятий ЛФК.
25. Исходные положения, темп, плотность, эмоциональный уровень занятий в ЛФК, учет эффективности.
26. Прием «разминание» на мышцах. Физиологическое действие.
27. Прием «разминание» на соединительно-тканых структурах. Физиологическое действие. Методические особенности проведения. Разновидности.
28. Ударные приемы. Физиологическое действие. Разновидности. Методические особенности проведения
29. Структура занятий ЛФК. Вводный (лечебный период ЛФК).
30. Тонизирующий и тренирующий периоды ЛФК.
31. Прием «разминание» на мышцах. Физиологическое действие.
32. Прием «разминание» на соединительно-тканых структурах. Физиологическое действие. Методические особенности проведения. Разновидности.
33. Ударные приемы. Физиологическое действие. Разновидности. Методические особенности проведения.
34. Прием «вибрация». Физиологическое действие. Разновидности. Техника проведения на отдельных участках тела.
35. Сотрясающие приемы. Физиологическое действие. Разновидности. Техника проведения на отдельных участках тела.
36. Классификация массажа.
37. Сердечная недостаточность, ее характеристика.
38. Сосудистая недостаточность, ее характеристика.
39. Факторы компенсации в деятельности сердечно-сосудистой системы.
40. Острое и хроническое перенапряжение миокарда, перетренированность.
41. ЛФК при инфаркте миокарда.
42. ЛФК при гипер- и гипотонических болезнях.
43. ЛФК при миокардитах, эндокардитах пороках сердца, стенокардии.
44. Дыхательная недостаточность, ее степени.
45. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Специальные дыхательные упражнения.
46. ЛФК при пневмониях, бронхитах.

47. ЛФК при бронхиальной астме, плевритах.
48. Негативные воздействия на организм при травмах, понятие о травматической болезни и сопровождающих ее синдромах, необходимость назначения ЛФК.
49. ЛФК при гастритах, колитах, спланхноптозе.
50. Оценка эффективности лечения в травматологии.
51. ЛФК при язвенной болезни желудка и 12-ти перстной кишки.
52. Нарушения в двигательном аппарате, чувствительности, координации и трофики при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
53. ЛФК при сахарном диабете.
54. ЛФК при спастических и вялых параличах и парезах.
55. ЛФК при ожирении, подагре.
56. Реабилитация больных ДЦП, задачи ЛФК.
57. ДЦП, факторы их вызывающие. Клиника, тяжесть течения.
58. ЛФК при невритах.

## **2.2 Типовые задачи (практические задания) (Не предусмотрено)**