

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**Б1.В.ДВ.13.01. «Лечебная физическая культура»**

название дисциплины

**44.03.01 Педагогическое образование**

**профиль «Физическая культура»**

направление (специальность), профиль (специализация)

**1. Цели освоения дисциплины**

- формирование у студентов знаний о сущности лечебной физической культуры, его функциях, формах и условиях функционирования в обществе, основных направлениях в развитии лечебной физической культуры.

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина входит в число дисциплин по выбору вариативной части программы бакалавриата. Шифр дисциплины в Учебном плане: Б1.В.ДВ.13.01.

Содержание дисциплины находится в логической связи с дисциплинами, освоенными студентами на предыдущих курсах, таких как: Теория и методика физической культуры и спорта, Физиология физического воспитания и спорта, спортивная медицина и др.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

- способность выявлять и формировать культурные потребности различных социальных групп (ПК-13).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- краткую историю возникновения и развития ЛФК
- нормативные документы по организации лечебной физкультуры;
- цели и задачи предмета «Лечебная физическая культура»;
- характеристику средств ЛФК;
- формы и методы проведения лечебной физкультуры;
- лечебно-профилактическое действие физических упражнений;
- двигательные режимы;
- показания и противопоказания ЛФК;
- дозирование физической нагрузки;

- общие и частные методики ЛФК при различных заболеваниях и травмах.

#### **Уметь:**

- составлять комплексы ЛГ при различных заболеваниях с учётом течения патологического процесса, возраста пациента и двигательного режима;
- проводить функциональные пробы;
- оценивать эффективность процедур ЛФК;
- проводить занятия ЛФК при различных заболеваниях и травмах;
- дозировать физическую нагрузку при различных заболеваниях с учётом возраста и двигательного режима;
- назначать процедуры ЛФК при различных заболеваниях и травмах с учётом течения патологического процесса, возраста пациента и двигательного режима.

#### **Владеть:**

- владеть приемами всестороннего и гармоничного развития физических качеств и повышения уровня физической подготовленности больных в процессе занятий ЛФК;
- навыками мышления для выработки системного, целостного взгляда на педагогические проблемы ЛФК;
- навыками восприятия и анализа текстов, имеющих содержание, связанное с вопросами ЛФК;
- приёмами ведения дискуссии по вопросам ЛФК;
- системой знаний о закономерностях и способах управления индивидом и группой в лечебном процессе;
- умениями педагогического общения;
- системой знаний о закономерностях физического развития, факторах, способствующих индивидуальному росту в лечебной деятельности;
- приемами медико-педагогической диагностики процессов, состояний больных в специфических условиях ЛФК.

### **4. Структура дисциплины**

#### **«Лечебная физическая культура»**

Дисциплина на очной форме обучения реализуется в 7 семестре. Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачётные единицы, 108 часов.

| Раздел дисциплины | Семестр | Неделя семестра | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) |
|-------------------|---------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
|-------------------|---------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|

|  |  |  |              |                |                              |                                               |
|--|--|--|--------------|----------------|------------------------------|-----------------------------------------------|
|  |  |  | Лекции (час) | Практика (час) | Самостоятельная работа (час) | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--|--|--|--------------|----------------|------------------------------|-----------------------------------------------|

## РАЗДЕЛ I.

### ОБЩИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

|                                                                                                                                                               |   |  |          |           |           |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------|-----------|-----------|--|
| Тема 1. Характеристика метода лечебной физической культуры. Клинико-физиологическое обоснование и основные механизмы лечебного действия физических упражнений | 7 |  | 2        | 2         | 5         |  |
| Тема 2. Систематизация и характеристика средств ЛФК. Основы методики лечебного применения физических упражнений.                                              | 7 |  | 2        |           | 5         |  |
| Тема 3. Основы дозирования физической нагрузки в ЛФК.                                                                                                         | 7 |  | 4        | 2         | 5         |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                                                                                 |   |  | <b>6</b> | <b>10</b> | <b>15</b> |  |

## РАЗДЕЛ II.

### ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

|                                                        |          |  |           |           |           |  |
|--------------------------------------------------------|----------|--|-----------|-----------|-----------|--|
| Тема 4. ЛФК в клинике внутренних болезней.             | 7        |  | 6         | 4         | 5         |  |
| Тема 5. ЛФК в травматологии                            | 7        |  | 4         | 4         | 5         |  |
| Тема 6. ЛФК в ортопедии                                | 7        |  | 4         | 4         | 5         |  |
| Тема 7. ЛФК в хирургии                                 | 7        |  | 4         | 4         | 5         |  |
| Тема 8. ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы | 7        |  | 4         | 4         | 5         |  |
| Тема 9. ЛФК в акушерстве и гинекологии                 | 7        |  | 4         | 2         | 4         |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                          | <b>7</b> |  | <b>26</b> | <b>22</b> | <b>29</b> |  |
|                                                        |          |  | <b>32</b> | <b>32</b> | <b>44</b> |  |

На заочной форме обучения дисциплина реализуется в 7 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов: 4 час. - лекции, 6 час.- практические занятия; 94 час. – самостоятельная работа Вид итоговой аттестации – экзамен.

|                   |         |                 |                                                                                        |                                                            |
|-------------------|---------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Раздел дисциплины | Семестр | Неделя семестра | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) |
|-------------------|---------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                               |          |  | Лекции (час) | Практика (час) | Самостоятельная работа (час) | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|--------------|----------------|------------------------------|-----------------------------------------------|
| <b>РАЗДЕЛ I.<br/>ОБЩИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ</b>                                                                                                        |          |  |              |                |                              |                                               |
| Тема 1. Характеристика метода лечебной физической культуры. Клинико-физиологическое обоснование и основные механизмы лечебного действия физических упражнений | 7        |  | 2            | 2              | 10                           |                                               |
| Тема 2. Систематизация и характеристика средств ЛФК Основы методики лечебного применения физических упражнений                                                | 7        |  |              |                | 10                           |                                               |
| Тема 3. Основы дозирования физической нагрузки в ЛФК                                                                                                          | 7        |  |              |                | 10                           |                                               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                                                                                 |          |  | <b>2</b>     | <b>2</b>       | <b>30</b>                    |                                               |
| <b>РАЗДЕЛ II.<br/>ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b>                                                                                           |          |  |              |                |                              |                                               |
| Тема 6. ЛФК в клинике внутренних болезней.                                                                                                                    | 7        |  |              | 1              | 10                           |                                               |
| Тема 7. ЛФК в травматологии                                                                                                                                   | 7        |  | 1            |                | 10                           |                                               |
| Тема 8. ЛФК в ортопедии                                                                                                                                       | 7        |  |              | 1              | 10                           |                                               |
| Тема 9. ЛФК в хирургии                                                                                                                                        | 7        |  | 1            |                | 14                           |                                               |
| Тема 10. ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы                                                                                                       | 7        |  |              | 1              | 10                           |                                               |
| Тема 11. ЛФК в акушерстве и гинекологии                                                                                                                       | 7        |  |              | 1              | 10                           |                                               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                                                                                 | <b>7</b> |  | <b>2</b>     | <b>4</b>       | <b>64</b>                    |                                               |
|                                                                                                                                                               |          |  | <b>4</b>     | <b>6</b>       | <b>94</b>                    |                                               |

#### 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

##### *а) основная литература*

1. Епифанов В.А., Лечебная физическая культура: Учебное пособие для вузов/В. А. Епифанов Издательство: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 568 с. ISBN: 978-5-9704-1463-7 ОТАР-Медиа, 2002 г., 560 стр., 5-9231-0214-5, 204\*144\*24 мм., тираж: 3000
2. Третьякова, Н. В. Лечебная физическая культура и массаж: учебное пособие / Н. В. Третьякова. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. 357 с.

##### *б) дополнительная литература*

1. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., стер. — М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 608 с.: ил. ISBN 5-691-00769-6.
2. Ковалев Н.А. Поясничный остеохондроз. М., 2006.

3. Ловейко И.Д., Фонарев М.И. Лечебная физкультура при заболеваниях позвоночника у детей. 2 е изд., перераб. Л., 2003.
4. Попов С.Н., Валеев Н.М. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ Т.С. Гарасева и др.; Под ред. С.Н. Попова. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 416 с.
5. Попов Н.С. Лечебная физическая культура. 2 е изд. М.: Академия, 2005

**в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

1. Учебно-методическое пособие по курсу Физическая культура по теме Практические рекомендации для студентов, временно освобожденных от занятий физкультурой [Электронный ресурс] / . — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский технический университет связи и информатики, 2016. — 16 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63352.html>
2. Физическая культура для студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Токарева [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 140 с. — 978-5-9227-0637-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63647.html>

Состав лицензионного программного обеспечения

1. Windows 10 Pro
2. WinRAR
3. Microsoft Office Professional Plus 2013
4. Microsoft Office Professional Plus 2016
5. Microsoft Visio Professional 2016
6. Visual Studio Professional 2015
7. Adobe Acrobat Pro DC
8. ABBYY FineReader 12
9. ABBYY PDF Transformer+
10. ABBYY FlexiCapture 11
11. Программное обеспечение «interTESS»
12. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс», версия «эксперт»
13. ПО Kaspersky Endpoint Security
14. «Антиплагиат.ВУЗ» (интернет - версия)
15. «Антиплагиат- интернет»

Автор



/Т.Н. Еланцева/

Рецензент



/С.А. Пронкина/

Рассмотрена на заседании кафедры физической культуры и спорта 24 июня 2018г., протокол № 10

Утверждена на совете Института психологии и педагогики 26 июня 2018г., протокол № 8.