

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Мамадышский политехнический колледж»
(ГАПОУ «Мамадышский ПК»)

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по ТО
 Ахметшина А.Д.
« 02 » сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.14 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и

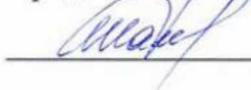
массажа

по специальности

49.02.01 Физическая культура

2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, приказ Министерства просвещения от 11 ноября 2022 г. № 968 (ред. от 03.07.2024) (Зарегистрировано в Минюсте России 19 декабря 2022 г. N 71643).

Обсуждена и одобрена на заседании Протокол № 1
предметно-цикловой комиссии « 28 » августа 20 24 г.
преподавателей и мастеров Председатель ЦЦК:
производственного обучения  Шамсутдинова В.В.
общепрофессиональных дисциплин

Разработчик: Зиннатова Эндже Нургалиевна, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.14 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.14 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа является частью программы подготовки специалиста среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: Общепрофессиональная дисциплина ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа является составной частью профессионального учебного цикла.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;

- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья 5 школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;

- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;

- основные виды и приемы массажа.

Изучение учебной дисциплины Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа способствует формированию общих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес,

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество,

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях,

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития,

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности,

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами,

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса,

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации,

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий,

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей,

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Изучение учебной дисциплины Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа способствует формированию профессиональных компетенций:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия,

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре,

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения,

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия,

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре,

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия,

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия,

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности, ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся,

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия,

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности,

ПК 3.1. Выбирать учебнометодический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся,

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов,

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений,

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

ЛР 07. Проявлять навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности

ЛР 11. Принимать и реализовывать ценности здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, выражая неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков

ЛР 12. Относиться бережно ответственно и компетентно к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, уметь оказывать первую помощь

1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка 170 часов
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 104 часов (3 и 4 курс), самостоятельная работа 66 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т.ч. в форме практической подготовки	36
в т. ч.:	
теоретическое обучение	34
практические занятия	34
<i>Самостоятельная работа</i> ¹	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа
3 курс 5,6 семестр(18/18)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	ЛР
1	2	3	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля			
Тема 1.1 Врачебный контроль, его цели, задачи и содержание; врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой	Содержание учебного материала		ЛР
	Врачебный контроль на занятиях физическими упражнениями. История возникновения и развития врачебного контроля. Цель, задачи и содержание врачебного контроля. Формы работы ВК. Задачи и методы врачебно-педагогических наблюдений.	4	
	Взаимодействие учителя физической культуры с медицинскими работниками при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждение результатов.	4	
	Профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями. Методы исследований. Исследование физического развития.	2	
	Практическое занятие Оценка уровня физического развития школьника.	6	
Тема 1.2. Назначение и методика проведения простейших функциональных проб	Содержание учебного материала		ЛР18,26
	Организация врачебного контроля в школе. Порядок распределения школьников на медицинские группы для занятий физической культурой: основную, подготовительную, специальную. Характеристика групп.	2	
	Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной группе.	2	
	Особенности врачебного контроля, связанные с возрастом, полом, характером дефекта или патологии обучающихся.	2	

	Функциональные пробы и тесты, применяемые в спортивной практике. Велоэргометрия. Тредмил-тест. Проба с гипервентиляцией. Проба Аншера. Проба Генчи и Штанге.	2	
	Практическое занятие Распределение школьников на медицинские группы	6	
	Практическое занятие Проведение простейших функциональных проб	6	
Раздел 2 Основы лечебной физической культуры			
Тема 2.1.	Содержание учебного материала		ЛР19,27
Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений	Общие основы применения лечебной физической культуры.	2	
	Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм.	2	
	Порядок разработки комплексов ЛФК	2	
	Механизмы лечебного воздействия физических упражнений. Показания и противопоказания к проведению ЛФК	2	
	Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений (тонизирующего, трофического действия, формирования компенсации, нормализации функций)	2	
	Практическое занятие Разработка комплексов ЛФК	6	
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка сообщения: «История развития ЛФК», Составление сравнительной таблицы «Особенности оздоровительной тренировки в детском и подростковом возрасте, оздоровительной тренировки женщин, оздоровительной тренировки в пожилом и старческом возрасте»	1	
Тема 2.2.	Содержание учебного материала		

Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений в ЛФК	Средства, формы ЛФК. Методы занятий ЛФК. Классификация физических упражнений, гимнастических упражнений, спортивно-прикладных упражнений, игр.	2	
	Формы ЛФК в различных двигательных режимах	2	
	Практическое занятие Проведение идеомоторных и изометрических упражнений, под руководством врача, разработка комплексов и проведение индивидуальных и групповых занятий лечебной физической культурой	6	
	Самостоятельная работа обучающихся. Составление схем: «Классификация гимнастических упражнений, спортивноприкладных упражнений, игр», «Формы ЛФК в различных двигательных режимах»	1	
Тема 2.3 ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	Содержание учебного материала		ЛР19,18,
	Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах. Классификация травм. Основы методики ЛФК при переломах костей нижних и верхних конечностей, позвоночника.	2	
	Практическое занятие ЛФК при деформациях и заболеваниях ОДА. Основы методики ЛФК при различных степенях сколиоза.	4	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета лечебной физической культуры и врачебного контроля; массажа.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя; письменный стол и компьютерный стол, стул.
- учебные места по количеству обучающихся;

Технические средства обучения: компьютер в сборе, мультимедиапроектор, принтер, диски.

Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

Основная литература

1. Козырева О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс]: учебный словарь-справочник/ Козырева О.В., Иванов А.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2017.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9901>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
2. Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Владос-Пресс, 2015.— 389 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14172>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
3. Караулова Л.К. Физиологические основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Караулова Л.К., Расулов М.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский городской педагогический университет, 2015.— 68 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26642>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
4. С.Н.Попов., Н.М.Валеев., Т.С. Гарасева и др. Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений - 6-изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. - 416с.
5. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студ.высш.учеб.заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 576с.
6. Физическая реабилитация: Учебник для вузов/ под редакцией С.Н. Попова. - Ростов- на-Дону. Феникс, 2018. - 602с.
7. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. - М.: ГЗОТАР. - Медиа, 2015. - 568с.

Дополнительная литература

1. Лечебная физкультура. Учебник для институтов физкультуры/ под редакцией Попова С.Н., 2016.- 270с.
2. Смоленский А.В. Состояние повышенного риска сердечно-сосудистой патологии в практике спортивной медицины: Учебное пособие. - М.: Физическая культура, 2015.140с.
3. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. О-461 пособие для студ. высш. учебн. заведений /под ред. Н.Ж. Булгаковой. - М.: «Академия», 2017. - 432с.

Перечень рекомендуемых Интернет-ресурсов

1. <http://www.dikul.org/treatment/lechebnaya-gimnastika/>
2. <http://fta-russia.ru>
3. <http://www.gvrd.ru/>
4. <http://vashaspina.ru/>
5. <http://lfksport.ru/>
6. <http://www.medical-enc.ru/lfk/>

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения самостоятельных занятий, тестирования.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; - проводить простейшие функциональные пробы; - под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК); - использовать основные приемы массажа и самомассажа; <p><i>знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; - назначение и методику проведения простейших функциональных проб; - значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; - средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК; - показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК; - основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста; - особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа 	<p><u>Текущий контроль в форме:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • контрольных работ по темам: «Врачебный контроль в физическом воспитании»; «Доврачебная помощь при неотложных состояниях»; «Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм. Формы и методы занятий ЛФК»; «ЛФК при травмах и заболеваниях»; «Гигиенические основы массажа»; «Характеристика приемов массажа»; «Основные виды и формы массажа». • представления методической копилки: составление комплекса упражнений при переломе нижних конечностей; составление комплекса упражнений при полиартрите; составление комплекса упражнений при сколиозе; составление комплекса упражнений при инфаркте миокарда; составление комплекса упражнений при воспалении легких; составление комплекса упражнений при гастритах; составление комплекса упражнений при ожирении; составление комплекса упражнений при нарушении мозгового кровообращения. • написание и защиты рефератов по темам: «Профилактика спортивного травматизма», «Требования к помещению и инвентарю», «Требования к массажисту», «Требования к пациенту», «Физиологическое влияние массажа на организм» «Косметический массаж»; «Массаж в бане»; «Мануальная терапия» «Массаж детей первого года жизни». <p><u>Промежуточная аттестация в форме:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • дифференцированного зачета