

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

Утверждаю:
Директор ГБПОУ «КОРПК»

_____ С.Ю. Гончарова

« ____ » _____ 2021 г.

Дополнительная профессиональная программа

**профессиональной переподготовки
«Инструктор по лечебной физкультуре»**

(указывается наименование программы)

**Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки
«Инструктор по лечебной физкультуре» /сост. С.Б. Попов, – Пермь, 2021. – 20 с.**

Содержание

- 1 Общие положения
 - 1.1 Цель программы
 - 1.2 Планируемые результаты освоения программы
 - 1.3 Трудоемкость и срок освоения программы
 - 1.4 Нормативные документы для разработки программы
 - 1.5 Категория слушателей и требования к уровню их подготовки
 - 1.6 Итоговая аттестация
 - 1.7 Организационно-педагогические условия
- 2 Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации программы
 - 2.1 Календарный учебный график
 - 2.2 Учебный план программы
 - 2.3 Список рекомендуемых источников для освоения программы
 - 2.4 Рабочие программы дисциплин (модулей)
 - 2.5 Фонд оценочных средств

1 Общие положения

1.1 Цель программы

Программа направлена на профессиональную переподготовку специалистов в качестве инструктора по лечебной физкультуре физкультурно-спортивных организаций и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта с целью овладения ими новыми компетентностями, необходимыми для приобретения новой квалификации.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

Таблица 1 - Результаты освоения программы повышения квалификации

Трудовые функции (или) должностные обязанности	Умения	Знания
Ведет учетно-отчетную документацию	<p>Вести отчетную документацию по разработке программ и планов занятий по ЛФК.</p> <p>Подбирать средства и методы занятий в соответствии с программой, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся.</p> <p>Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями.</p>	<p>Гигиеническое обеспечение занятий лечебной физической культурой и массажа.</p> <p>Требования режима сохранности служебной тайны и сведений конфиденциального характера.</p> <p>Виды, содержание и технология планирования занятий по ЛФК.</p> <p>Методика занятий по лечебной физической культуре.</p> <p>Показания и противопоказания к проведению занятий по ЛФК</p> <p>Показания и противопоказания к проведению занятий по ЛФК</p> <p>Методика занятий по лечебной физической культуре.</p>
Подготавливает помещение, гимнастические предметы и снаряды для проведения занятий по ЛФК	<p>Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в занятиях по лечебной физкультуре.</p> <p>Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий.</p> <p>Организовывать первую помощь.</p>	<p>Методики занятий по ЛФК, правила техники безопасности при их проведении.</p> <p>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении занятий с использованием спортивного и специализированного инвентаря.</p> <p>Основы оказания первой помощи.</p>
Контролирует самочувствие больных до и после проведения занятий. Определяет эффективность занятий ЛФК.	<p>Использовать оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике определения уровня физической и функциональной</p>	<p>Физиология человека.</p> <p>Анатомия человека.</p> <p>Морфо-анатомические особенности строения организма человека на разных этапах онтогенеза, влияние нагрузок разной направленности на</p>

	подготовленности. Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося.	изменение морфофункционального статуса. Психологию. Особенности построения занятий с лицами, имеющими отклонения в здоровье.
По назначению врача проводит отдельные виды лечебного массажа	Использовать технику массажа, основные и вспомогательные приемы массажа.	Морфо-анатомические, физиологические, психологические особенности человека. Медико-биологические и возрастные критерии. Основы проведения лечебного массажа, показания и противопоказания. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
Проводит в соответствии с существующими методиками занятия по лечебной физкультуре	Совместно с врачом по лечебной физкультуре разрабатывать схемы лечебной гимнастики и комплексы физических упражнений к ним на основе современных методик восстановления физического здоровья и реабилитации занимающихся.	Лечебную физическую культуру при заболеваниях: сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, нарушениях обмена веществ, Влияние нагрузок разной направленности.

1.3 Трудоемкость и срок освоения программы

Программа профессиональной переподготовки составляет 270 академических часов и включает в себя все виды учебных занятий в том числе самостоятельную работу слушателя, а также время, отводимое на контроль качества.

Занятия по очной форме проводятся 5-6 дней в неделю, не более 8 часов в день. Лекционные и практические занятия проводятся парами по 2 академических часа.

Форма реализации программы очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий. Дистанционная форма обучения проходит на образовательной платформе Moodle.

Срок освоения программы до 25 декабря 2021 г. В случае необходимости сроки освоения программы для каждого слушателя могут быть установлены персонально.

1.4 Нормативные документы для разработки программы

Программы профессиональной переподготовки разработана с учётом следующих законодательных и нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 г. № 952н, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25.01.2021г., регистрационный № 62203);
3. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18.09.2017 г., регистрационный N 48226);

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 (ред. от 15.11.2013) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 № 29444);

5. Положение о реализации программ дополнительного профессионального образования в ГБПОУ «КОРПК» УД-01.02.36 - 20 (утвержден приказом директора ГБПОУ «КОРПК» от 30.12.2020 г. № 206/од)

1.5 Категория слушателей и требования к уровню их подготовки

Категория слушателей: специалисты физкультурно-спортивных организаций, образовательных организаций, осуществляющих деятельность в сфере физической культуры и спорта, имеющих или получающих среднее профессиональное или высшее образование физкультурное или медицинское.

1.6 Итоговая аттестация

Итоговая аттестация по программе профессиональной переподготовки проводится в форме защиты итоговой аттестационной работы.

К итоговой аттестации допускаются обучающиеся, не имеющие задолженности и в полном объеме выполнившие учебный план (индивидуальный учебный план).

Итоговая аттестация может проводиться в образовательном учреждении или дистанционно с использованием цифровых технологий.

С целью оценки качества итоговых аттестационных работ на них могут быть получены рецензии, отзывы и др.

Дата и время проведения защиты итоговых аттестационных работ устанавливается образовательным учреждением и согласовывается с председателем аттестационной комиссии. Персональный состав аттестационной комиссии по программе профессиональной переподготовки утверждается приказом директора.

Решение аттестационной комиссией принимается на закрытых заседаниях простым большинством голосов членов комиссий, участвующих в заседании, и квалифицируется отметками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». При равном числе голосов голос председателя является решающим.

Результаты защиты итоговых аттестационных работ, проводимых в устной или письменной форме, объявляются после оформления и подписания протоколов заседаний аттестационных комиссий.

Протоколы заседаний итоговых аттестационных комиссий подписываются председателем аттестационной комиссии (в случае отсутствия председателя - его заместителем), секретарем итоговой аттестационной комиссии. По результатам защиты выпускной квалификационной работы выставляются отметки по четырех балльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

при ответе обнаруживается отсутствие владения материалом в объеме изучаемой программы;

представление профессиональной деятельности не рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации;

при ответе на вопросы не дается трактовка основных понятий, при их употреблении не указывается авторство;

ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, не используются такие мыслительные операции как сравнение, анализ и обобщение.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

в ответах на вопросы при раскрытии содержания вопросов недостаточно раскрываются и анализируются основные противоречия и проблемы;

при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, а также описания профессиональной деятельности недостаточно используются материалы современных пособий и первоисточников, допускаются фактические ошибки;

представление профессиональной деятельности частично (не в полном объеме) рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации;

при ответе используется терминология и дается её определение без ссылки на авторов (теоретиков и практиков);

ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, редко используются такие мыслительные операции как сравнение, анализ и обобщение;

личная точка зрения слушателя носит формальный характер без умения ее обосновывать и доказывать.

Отметка «хорошо» ставится, если:

ответы на вопросы частично носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, а также описании профессиональной деятельности используются материалы современных пособий и первоисточников;

при ответе используется терминология, соответствующая конкретному периоду развития теории и практики профессиональной деятельности, где определение того или иного понятия формулируется без знания контекста его развития в системе профессионального понятийного аппарата;

ответы на вопрос не имеют логически выстроенного характера, но используются такие мыслительные операции как сравнение, анализ и обобщение;

имеется личная точка зрения слушателя, основанная на фактическом и проблемном материале, приобретенном на лекционных, семинарских, практических занятиях и в результате самостоятельной работы.

Отметка «отлично» ставится, если:

ответы на вопросы носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, их описании используются материалы современных учебных пособий и первоисточников;

при ответе используется терминология, соответствующая конкретному периоду развития теории и практики, и четко формулируется определение, основанное на понимании контекста;

ответы на вопрос имеют логически выстроенный характер, часто используются такие мыслительные операции как сравнение, анализ и обобщение;

ярко выражена личная точка зрения слушателя при обязательном владении фактическим и проблемным материалом, полученным на лекционных, практических, семинарских занятиях и в результате самостоятельной работы.

Процедура защиты состоит из презентации (6-9 слайдов) и краткого 6-8 минутного доклада слушателя об основном содержании работы и ее результата, ответов автора на вопросы членов комиссии; обсуждения работы членами комиссии. Время работы на одного слушателя 15-20 минут.

Промежуточная аттестация осуществляется в таких видах как зачет, контрольная работа, тестирование, собеседование или опрос. По результатам любого из видов испытаний выставляются отметки по двухбалльной («удовлетворительно» («зачтено»), «неудовлетворительно» («не зачтено»)) системе.

1.7 Организационно-педагогические условия

Программа включает в себя дисциплины (модули). Дистанционная часть работы по программе проводится на образовательной платформе «Moodle». Аудиторная работа: лекции и практические занятия на базе образовательного учреждения.

Материально-технические условия реализации программы: кабинет, оборудованный учебной мебелью, доска ученическая, компьютер с экраном для трансляции аудио, видео и текстового учебно-методического материала, массажный стол, гантели от 1 кг. до 3 кг. 2-3 комплекта, гимнастическая палка 5 шт., набивные мячи 3 кг. – 5 шт.

Наличие интернет соединения для работы на образовательной платформе «Moodle».

2 Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации программы

2.1 Календарный учебный график дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Инструктор по лечебной физкультуре»

Год обучения	Учебные недели (дни)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Эл	Т	Т	Т	Т	Эл	Эл	Эл	Т	Т	Т	Эл	Эл	Эл	Эл	
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42				
Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Эл	Д	Д	А	А				

Условные обозначения

- Т Теоретическое и практическое обучение (лекции, практические занятия, круглые столы и т.д.)
- Эл Самостоятельная работа в системе электронного обучения
- Э Экзаменационная сессия
- П Практика
- С Стажировка
- А Итоговая аттестация
- Д Подготовка итоговой (аттестационной) работы

2.2 Учебный план программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Инструктор по лечебной физкультуре»

№ п/п	Наименование модулей, дисциплин, разделов, тем	Объем работы слушателя, ч.			Формы контроля	
		Всего	Аудиторная работа			СР/ Эл*
	ЛК		ПЗ/ЛЗ			
1	Гигиеническое обеспечение занятий лечебной физической культурой и массажа	30			30	к/р
2	Анатомия	40			40	тест
3	Физиология с основами биохимии	40			40	тест
4	Психология	40			40	к/р
5	Методика занятий по лечебной физической культуре	40	12	14	14	тест
6	Основы проведения лечебного массажа	30	6	20	4	тест
7	Показания и противопоказания к проведению занятий по ЛФК	10	4		6	–
8	Требования режима сохранности служебной тайны и сведений конфиденциального характера	20			20	к/р
	Итоговая аттестация	20			20	Выпускная работа
	Всего	270	22	34	214	

* – занятия с использованием системы электронного обучения Moodle (при наличии)

2.3 Список рекомендуемых источников для освоения программы

1. Анатомия и физиология человека: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский. — 6-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательский центр «Академия», 2011.
2. Анатомия: Учебник, — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Медицина, 1985.
3. Белая Н.А., Петров И.Б. Массаж лечебный и оздоровительный. Практическое пособие. — М.: Издательство «М-Око», 1997.
4. Бирюков А.А. Лечебный массаж. М.: Советский спорт, 2000.
5. Васичкин В.И. Все о массаже. М. 2004.
6. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Казань, КФУ, 2013.
7. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. — М., 2000.
8. Гукасова Н.А. Лечебная физкультура в системе комплексного лечения сколиоза. М.: Медицина, 1987.
9. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология. - М., 2006.
10. Дубровский В.И. Лечебный массаж М. 2003.
11. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов вузов. М.: ВЛАДОС, 2004.
12. Ибрагимов В.С. Точечный массаж. М. 1983.
13. Ильин Е.П., Психология спорта. — СПб., 2014
14. Куничев Л.А. Лечебный массаж. Л. 1982.
15. Курганов С.Ю. Ребенок и взрослый в учебном диалоге. - М.: Просвещение, 1989.
16. Лечебная физическая культура и врачебный контроль / Под ред. В.А. Епифанова, Г.Л.Апанасенко.- М.: Медицина, 1990.
17. Лечебная физическая культура. Примерные комплексы упражнений лечебной гимнастики: Методическое пособие. / Сост. Н.П. Горбунов; Перм. гос. пед. ун-т. — Изд. 4-е, перераб. и доп. — Пермь, 2005.
18. Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасева Т.С. и др. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. Заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004.
19. Столяренко Л.Д., Психология. - СПб.: Лидер, 2010.
20. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов / Под ред. Б.А. Ашмарина. — М.: Просвещение, 1990.
21. Титова Е.В. Если знать, как действовать. - М., 1999
22. Учебное пособие по дисциплине «Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями развития)» для студентов дневной, заочной и дистанционной форм обучения / Осадчая Е.А. — Орёл: ГОУ ВПО «ОГУ». — 2008.
23. Федюкович Н. И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие. Изд. 2-е. — Ростов н/Д: изд-во: «Феникс», 2003.
24. Фокин В.Н. Полный курс массажа. М. 2004.
25. Яновская М.Г. Эмоциональные аспекты нравственного воспитания. - М., 1986.

2.4 Рабочие программы модулей, разделов, дисциплин

Гигиеническое обеспечение занятий лечебной физической культурой и массажа

Тема 1. Основы личной гигиены при занятиях физической культурой и спортом.

История развития гигиены физического воспитания. Влияние вредных привычек на здоровье. Личная гигиена. Гигиена питания. Белки, жиры и углеводы в питании спортсменов. Рациональное питание спортсменов. Жиры, белки и углеводы.

Тема 2. Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом.

Факторы дозирования нагрузки. Зоны тренировочных нагрузок по ЧСС. Классификация физических нагрузок. Внешние признаки утомления при физической нагрузке.

Тема 3. Гигиенические принципы организации занятий физической культурой.

Гигиенические требования к местам тренировочных занятий. Гигиенические требования к спортивному инвентарю. Гигиенические требования к экипировке спортсменов.

Тема 4. Нормативные документы, определяющие методы испытания на безопасность спортивного оборудования и инвентаря.

ГОСТы на спортивное оборудование: перекладина, брусья, гимнастическая стенка, гимнастический конь, подкидные мостики, маты, канаты, тренажерные снаряды, волейбольные стойки и сетки, баскетбольные щиты, ворота для мини-футбола и гандбола.

Анатомия

Тема 1. Ткани человека.

Эпителиальная ткань, её функции и особенности. Мышечная ткань. Функции и особенности мышечной ткани. Нервная ткань, её функции и особенности. Соединительная ткань, виды соединительной ткани. Функции и особенности соединительной ткани.

Тема 2. Опорно-двигательная система.

Общая характеристика костей скелета. Классификация костей. Функции костей. Строение костей. Соединение костей, типы и виды. Классификация суставов. Позвоночник, функции и физиологические изгибы. Строение грудной клетки и функции костей грудной клетки. Верхние и нижние конечности. Мышцы туловища, верхних и нижних конечностей.

Тема 3. Сердечно-сосудистая система.

Строение и функции сердечно-сосудистой системы. Топография и анатомия сердца. Предсердия и желудочки сердца. Оболочки сердца. Клапаны сердца. Сосуды сердца. Круги кровообращения. Микроциркуляторное русло – дистальный отдел сердечно-сосудистой системы. Проводящая система сердца. Работа сердца. Кровь. Группы крови. Состав крови.

Тема 4. Лимфатическая система человека.

Структура, лимфатические узлы. Лимфатические органы. Лимфатические протоки. Лимфа. Функции лимфатической системы. Факторы влияющие на скорость потока лимфы.

Тема 5. Эндокринная система.

Эндокринная система и основные свойства гормонов. Методы исследования функции эндокринных желёз. Гипофиз, его гормоны, их роль. Щитовидная железа, гормоны, их роль. Паращитовидные

железы, гормоны, их роль. Вилочковая железа, гормоны, их роль. Гормоны коркового и мозгового слоя надпочечников. Половые гормоны и их влияния на организм.

Психология

Тема 1. Личность и её структура.

Индивид, личность, индивидуальность. Интегральная индивидуальность. Психологические характеристики личности. Структура личности.

Тема 2. Направленность личности.

Направленность личности. Виды потребности личности. Мотив, психологическая характеристика мотивов. Движущие силы психического развития.

Тема 3. Деятельность.

Функции деятельности. Психологические компоненты деятельности. Структура деятельности.

Навык. Физиологические основы навыка. Взаимодействие навыков. Виды деятельности.

Тема 4. Понятие о темпераменте, его свойства и типы.

Свойства темперамента. Физиологические основы темперамента. Типы темпераментов. Свойства темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности личности.

Тема 5. Понятие о характере, его структура.

Физиологические основы характера. Структура характера. Черта характера. Содержательная сторона характера.

Тема 6. Понятие о способностях, виды способностей.

Понятие «способность». Показатели способностей. Степени проявления способностей. Виды способностей. Способности и личность.

Физиология с основами биохимии

Тема 1. Нервная система.

Функции нервной системы. Классификация нервной системы. Строение нейрона. Типы нейронов. Принцип работы нервной системы. Рефлекторная дуга. Спинной мозг. Сегмент спинного мозга. Внешнее и внутреннее строение спинного мозга. Функции спинного мозга. Головной мозг. Части и отделы головного мозга. Оболочки головного мозга и их функции.

Тема 2. Железы внутренней секреции.

Биологическая роль эндокринной системы, классификация эндокринных желез. Методы изучения. Функции гормонов. Жизненный цикл гормонов. Механизм действия гормонов. Гипоталамо-гипофизарная система. Гормоны надпочечников. Щитовидная железа и ее гормоны. Половые гормоны. Эндокринная функция поджелудочной железы.

Тема 3. Физиология внутренних органов и систем организма, система крови.

Физиология сосудов. Оценка состояния сосудистой системы. Давление крови. Методы определения давления крови. Венозная система. Капилляры. Понятие о внутренней среде организма. Физико-химические свойства крови.

Тема 4. Система дыхания.

Определение дыхания. Функциональные показатели системы дыхания. Газообмен. Регуляция дыхания. Изменение показателей дыхания при мышечных нагрузках.

Тема 5. Пищеварительная система и её функции.

Сущность и значение пищеварения. Функции пищеварительной системы. Желудочный сок, его состав и свойства. Регуляция желудочной секреции. Секреция желудочного сока. Секреция желчи. Функция печени. Пищеварение в тонкой кишке. Полостное и пристеночное пищеварение. Всасывание. Пищеварение в толстой кишке. Регуляция пищеварения.

Тема 6. Система выделения.

Структура и функции почек. Кровоснабжение почек. Механизмы мочеобразования. Клубочковая фильтрация. Канальцевая реабсорбция. Канальцевая секреция. Регуляция объема внутрисосудистой и внеклеточной жидкости. Регуляция осмотического давления крови. Регуляция кислотно-основного состояния. Инкреторная функция почек. Регуляция артериального давления. Метаболическая функция почек. Нейрогуморальная регуляция деятельности почек.

Методика проведения занятий по лечебной физической культуре

Тема 1. Лечебная физическая культура как лечебный метод.

Значение лечебной физической культуры в комплексной терапии и профилактике заболеваний. Краткий очерк развития лечебной физической культуры. Оснащение кабинета (отделения) ЛФК.

Тема 2. Механизмы лечебного действия физических упражнений.

Моторно-висцеральные рефлексy и их роль в лечебном действии физических упражнений. Средства и формы лечебной физической культуры. Характеристика гимнастических, спортивно-прикладных упражнений и игр, используемых в ЛФК.

Тема 3. Классификация физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре.

Общеразвивающие, специальные, дыхательные упражнения. Динамические и статические упражнения в ЛФК. Дозирование физических упражнений в лечебной физической культуре.

Тема 4. ЛФК при травмах.

Понятие о травматизме. Виды травматизма. Классификация травм. Основные принципы применения лечебной физической культуры при травмах. Частные методики лечебной физической культуры при переломах костей конечностей, позвоночника, таза.

Тема 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Краткая характеристика заболеваний сердца и сосудов. Факторы риска развития сердечно-сосудистой патологии. Методики лечебной гимнастики при инфаркте миокарда, гипертонической болезни.

Тема 6. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.

Характеристика заболеваний органов дыхания: пневмония, бронхит, бронхиальная астма. Методика лечебной гимнастики при пневмонии, бронхиальной астме. Особенности дыхательной гимнастики при заболеваниях органов дыхания.

Тема 7. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.

Клиническая характеристика ожирения. Формы и стадии ожирения. Механизмы нарушения функций при ожирении. Механизмы лечебного действия физических упражнений при ожирении. Методика лечебной гимнастики при ожирении.

Тема 8. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы.

Особенности нарушений чувствительности и двигательных функций при заболеваниях и травмах центральной нервной системы. Двигательные расстройства при инсультах. Особенности лечебной гимнастики на разных этапах реабилитации больных с последствиями инсульта. Лечебная физическая культура при остеохондрозе. Факторы риска развития остеохондроза. Методика лечебной гимнастики при остеохондрозе в зависимости от локализации патологического процесса. Профилактика остеохондроза.

Тема 9. Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Нарушения осанки. Виды нарушений осанки. Лечебная гимнастика при нарушениях осанки. Формы и степени сколиозов. Особенности лечебной гимнастики при сколиозах. Анатомо-физиологическая характеристика сводов стопы. Виды и степени плоскостопия. Лечебная гимнастика при плоскостопии. Профилактика плоскостопия у детей. Значение физического воспитания для профилактики плоскостопия. Характеристика воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов (артриты, артрозы). Особенности лечебной гимнастики при артритах и артрозах.

Основы проведения лечебного массажа.

Тема 1. Средства, виды массажа.

Краткий исторический очерк развития массажа. Влияние массажа на организм. Местное и общее воздействие массажа. Влияние массажа на кожу, мышечную систему, нервную систему, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, обмен веществ. Классификация массажа. Показания и противопоказания к применению массажа. Гигиенические основы массажа. Организация труда массажиста. Требования, предъявляемые к массажисту. Требования, предъявляемые к оборудованию массажного кабинета. Состав аптечки массажного кабинета.

Тема 2. Техника массажных приемов.

Классификация массажных приемов. Основные и вспомогательные приемы массажа. Поглаживание, растирание, разминание, вибрация. Техника и методика применения основных и вспомогательных приемов массажа.

Тема 3. Массаж отдельных частей тела.

Массаж головы и лица. Массаж волосистой части головы. Массаж спины. Массаж трапециевидных, широчайших, длинных мышц спины. Массаж груди. Массаж больших грудных мышц, передней зубчатой мышцы, наружных межреберных мышц, массаж уровня диафрагмы. Массаж живота. Массаж передней брюшной стенки, прямых мышц живота, косых мышц живота. Массаж органов брюшной полости. Массаж верхних конечностей. Массаж нижних конечностей.

Тема 4. Массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Массаж при остеохондрозе шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника. Точечный массаж при остеохондрозе. Массаж при нарушениях осанки, сколиозе, плоскостопии.

Показания и противопоказания к проведению занятий по ЛФК.

Тема 1. Типовые двигательные режимы.

Тема 2. Содержание занятий лечебной гимнастикой в зависимости от двигательного режима.

Показания и противопоказания к использованию лечебной физической культуры.

Требования режима сохранности служебной тайны и сведений конфиденциального характера

Тема 1. Понятие служебной тайны в российском законодательстве.

Определение служебной тайны. Перечень информации, составляющей служебную тайну. Характеристика информации составляющую служебную тайну.

Тема 2. Федеральный закон от 27.07.2006 N 152-ФЗ "О персональных данных".

Цель и основные понятия федерального закона «О персональных данных».

Конфиденциальность персональных данных. Специальные категории персональных данных. Биометрические персональные данные. Меры по обеспечению безопасности персональных данных при их обработке. Лица, ответственные за организацию обработки персональных данных в организациях. Ответственность за нарушение требований настоящего Федерального закона.

Тема 3. Национальный стандарт Российской Федерации «Защита информации».

Сведения о стандарте. Область применения. Термины и определения. Виды защиты информации. Способы защиты информации. Объект защиты информации. Техника защиты информации.

2.5 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации.

Вопросы к зачету по разделу «Методика занятий по лечебной физической культуре»

1. Общая двигательная активность и гиподинамия.
2. Основное средство ЛФК и его виды.
3. Критерии классификации гимнастических упражнений.
4. Упражнения на развитие силы.
5. Упражнения для увеличения подвижности в суставах.
6. Упражнения на координацию.
7. Упражнения в равновесии.
8. Упражнения в расслаблении.
9. Дыхательные упражнения.
10. Упражнения на осанку.
11. Упражнения на снарядах с предметами.
12. Идеомоторные упражнения.
13. Пассивные упражнения.

14. Активно-пассивные упражнения.
15. Статические упражнения.
16. Спортивно-прикладные упражнения.
17. Требования к оборудованию рабочего места инструктора по ЛФК.
18. Методы врачебно-педагогического наблюдения.
19. Функционально-диагностические методы.
20. Механизмы тонизирующего влияния физических упражнений.
21. Механизмы трофического действия физических упражнений.
22. Механизмы формирования компенсаций.
23. Механизмы нормализации функций.
24. Дозирование физической нагрузки на занятиях ЛФК.
25. Формы проведения занятий ЛФК.
26. Типовые двигательные режимы.
27. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.
28. Занятия ЛФК при переломе шейки бедра.
29. Занятия ЛФК при переломе диафиза плечевой кости.
30. ЛФК при переломах позвоночника.
31. ЛФК при переломах костей таза.
32. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
33. ЛФК при острой пневмонии.
34. ЛФК при хронической пневмонии.
35. ЛФК при бронхиальной астме.
36. ЛФК при плеврите.
37. ЛФК при инфаркте миокарда.
38. ЛФК при гипертонической болезни.
39. ЛФК при хронической недостаточности кровообращения.
40. ЛФК при облитерирующих заболеваниях периферических сосудов.
41. ЛФК при инсульте.
42. ЛФК при ожирении.
43. ЛФК при сахарном диабете.
44. ЛФК при нарушениях осанки.
45. Лечебная физическая культура при плоскостопии.
46. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов.
47. ЛФК при остеохондрозе позвоночника.
48. ЛФК при операциях на легких.
49. ЛФК при операциях на органах пищеварения.

Вопросы к зачету по разделу «Физиология с основами биохимии»

1. Возбуждение, возбудимость – основные свойства нервных и мышечных клеток. Понятия потенциал покоя, потенциал действия в нервной и мышечных клетках.
2. Нервная регуляция организма.
3. Основные принципы работы ЦНС.
4. Рефлекторная дуга. Понятие. Основные звенья рефлекторной дуги, их физиологическая значимость.

5. Гормональная регуляция организма. Классификация гормонов.
6. Типы регуляции функций организма (нервный и гуморальный) и системный принцип регуляции.
7. Симпатическая нервная система. Парасимпатическая нервная система. Общая характеристика.
8. Вегетативная нервная система: центры, афференты, действие.
9. Основные органы и ткани, вырабатывающие гормоны. Механизм действия гормонов.
10. Кровь – единственная жидкая ткань организма. Особенности строения и ее физиологические функции.
11. Кровь как внутренняя среда организма. Основные функции крови.
12. Физиология эритроцитов: срок жизни, место синтеза и гибели, значение для жизни человека, половые и возрастные особенности.
13. Физиология лейкоцитов: срок жизни, место синтеза и гибели, значение для жизни человека, основные характеристики гранулоцитов и агранулоцитов.
14. Физиология тромбоцитов: срок жизни, место синтеза и гибели, значение для жизни человека, процесс свертывания крови.
15. Понятие дыхания. Регуляция дыхания с помощью нервной и гормональной систем.
16. Этапы внешнего и внутреннего дыхания. Транспорт газов. Понятие окислительного фосфорилирования.
17. Цикл сердечной деятельности. Особенности работы миокарда.
18. Автоматия сердца. Аритмия. Нервная и гуморальная регуляция сердечной деятельности.
19. Понятие гемодинамики. Особенности движения крови в артериях, венах и капиллярах.
20. Общее понятие обмена веществ и энергии в организме. Возрастные изменения в этих процессах.
21. Энергетическая ценность белков, их функции и внутриклеточный метаболизм.
22. Энергетическая ценность жиров, их функции и внутриклеточный метаболизм.
23. Энергетическая ценность углеводов, их функции и внутриклеточный метаболизм.
24. Катаболические и анаболические реакции организма. Особенности их в различные возрастные периоды.
25. Особенности работы нефрона, его функции.
26. Роль почек в поддержании показателей организма.
27. Физиологическая характеристика системы выделения.
28. Особенности пищеварения в тонком кишечнике. Всасывание питательных веществ.
29. Особенности пищеварения в толстом кишечнике. Всасывание воды.
30. Понятие – ферменты. Их физиологическое значение для роста, развития организма.
31. Печень. Ее основные функции для организма человека, процессы превращения веществ в печени.
32. Ферменты и гормоны поджелудочной железы, их физиологическое значение.
33. Мышечная ткань. Ее виды и функции.
34. Физиологические особенности функциональных систем организма в различные возрастные периоды: особенности дыхательной и сердечно – сосудистой систем.
35. Физиологические особенности функциональных систем организма в различные возрастные периоды: особенности развития опорно–двигательного аппарата и обмена веществ.
36. Физиологические особенности функциональных систем организма в различные возрастные периоды: особенности развития центральной нервной системы и гуморальной регуляции организма.
37. Физиологические особенности функциональных систем организма в различные возрастные периоды: особенности полового развития и созревания.
38. Физические упражнения, их физиологическая и биохимическая классификация.
39. Процесс адаптации организма к физической нагрузке. Понятие срочной и долговременной адаптации.
40. Развитие утомления. Период отдыха. Срочное и отставленное восстановление.

41. Понятие утомления. Значение для организма.
42. Фазы восстановления: срочное и отставленное восстановление.
43. Биохимические принципы тренировочного процесса.

Вопросы к зачету по разделу «Анатомия»

1. Ткани, классификация, функции.
2. Общая характеристика костей, их классификация.
3. Кости плечевого пояса и свободной верхней конечности и их соединение.
4. Кости тазового пояса и свободной нижней конечности и их соединение.
5. Кости черепа и их соединения.
6. Позвоночник, соединение позвонков в позвоночном столбе, физиологические изгибы позвоночного столба и его функции.
7. Кости грудной клетки, соединения и их функции.
8. Анатомические образования костей таза.
9. Химический состав костей и их изменения с возрастом.
10. Соединение костей: прерывное, непрерывное, полусуставы.
11. Структурные единицы мышечной и костной ткани.
12. Классификация мышц.
13. Виды мышечной ткани.
14. Расположение, строение и виды мышечной ткани в организме человека
15. Мышцы спины и их функции.
16. Мышцы груди и их функции.
17. Мышцы живота и их функции.
18. Мышцы верхней конечности.
19. Мышцы медиальной поверхности бедра и их функции.
20. Мышцы задней поверхности бедра и их функции.
21. Мышцы, разгибающие позвоночный столб.
22. Мышцы, сгибающие позвоночный столб.
23. Сердечно-сосудистая система, общая характеристика.
24. Строение и функции сердца
25. Строение и функции кровеносных сосудов.
26. Лимфатическая система, строение и функции.
27. Состав крови, функции.
28. Строение и функции кожи.
29. Эндокринная система, общая характеристика.
30. Эндокринные железы, строение и функции.

Вопросы к зачету по разделу «Основы проведения лечебного массажа»

1. Физиологические основы влияния массажа на организм: воздействие массажа на кожу.
2. Физиологические основы влияния массажа на организм: воздействие на мышечную систему.
3. Физиологические основы влияния массажа на организм: воздействие на сердечно-сосудистую систему.
4. Физиологические основы влияния массажа на организм: воздействие на лимфатическую систему.
5. Физиологические основы влияния массажа на организм: воздействие на нервную систему.

6. Гигиенические основы массажа.
7. Организация труда массажиста.
8. Показания к применению массажа.
9. Противопоказания к назначению массажа.
10. Техника поглаживания.
11. Техника растирания.
12. Техника разминания.
13. Техника вибрации.
14. Массаж волосистой части головы.
15. Массаж лица.
16. Массаж шеи.
17. Массаж спины.
18. Массаж груди.
19. Массаж живота.
20. Массаж верхних конечностей.
21. Массаж нижних конечностей.
22. Массаж при гипертонической болезни.
23. Массаж при гипотонических состояниях.
24. Массаж при ишемической болезни сердца.
25. Массаж при пневмонии, плеврите.
26. Массаж при бронхиальной астме.
27. Массаж при остеохондрозе шейного и грудного отделов позвоночника.
28. Методика массажа при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника.
29. Массаж при плоскостопии.

РАЗРАБОТЧИКИ ПРОГРАММЫ:

(должность)

(Ф.И.О, подпись)

(должность)

(Ф.И.О, подпись)

СОГЛАСОВАНО:

(должность)

(Ф.И.О, подпись)

(должность)

(Ф.И.О, подпись)