

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

Кафедра медико-биологических
основ физической культуры и
оздоровительных технологий
(МБОУФКОТ ФФКСТ)
наименование кафедры

подпись, инициалы, фамилия

«___» _____ 20__ г.

институт, реализующий ОП ВО

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

Кафедра медико-биологических
основ физической культуры и
оздоровительных технологий
(МБОУФКОТ ФФКСТ)
наименование кафедры

подпись, инициалы, фамилия

Колмаков В.И.

«___» _____ 20__ г.

институт, реализующий дисциплину

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ
СПОРТСМЕНОВ С
ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ
ЗДОРОВЬЯ

Дисциплина ФТД.02 Физическая реабилитация спортсменов с
отклонениями в состоянии здоровья

Направление подготовки /
специальность _____

Направленность
(профиль) _____

Форма обучения

очная

Год набора

2020

Красноярск 2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования с учетом профессиональных стандартов по укрупненной группе

490000 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Направление подготовки /специальность (профиль/специализация)

49.04.01 Физическая культура

Профиль 49.04.01.04 Спорт высших достижений в избранном виде спорта

Программу
составили

канд. пед. наук, доцент, Картавцева Анна Ивановна

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины

Целью преподавания дисциплины «Физическая реабилитация» является формирование базы знаний в сфере применения средств физического воздействия для реабилитации после травм и заболеваний, а также восстановления работоспособности спортсменов.

1.2 Задачи изучения дисциплины

1) сформировать у студента умения и навыки определять выбор средств физической реабилитации и восстановления работоспособности спортсменов с учетом пола и возраста;

2) научить студента составлять программы реабилитации с основными показаниями и противопоказаниями к применению средств физической реабилитации спортсменов с учетом выявленных нарушений здоровья;

3) развить у студента умение проводить оценку и контроль физического состояния и уровня физической подготовленности спортсменов ;

4) сформировать у студента умение составлять программы оздоровительной и восстановительной тренировки, исходя из уровня физического развития и состояния здоровья спортсменов, а также имеющегося в наличии инвентаря и оборудования.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

ОПК-5:Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации	
ОПК-5.1:Проводит статистический учет результатов педагогической и тренировочной деятельности	
Уровень 1	статистический учет результатов педагогической и тренировочной деятельности
Уровень 1	проводить статистический учет результатов педагогической и тренировочной деятельности
Уровень 1	технологией проведения статистического учета результатов педагогической и тренировочной деятельности
ОПК-5.2:Выявляет и обосновывает достоинства и недостатки методики осуществления педагогического, тренировочного и соревновательного	

процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации	
Уровень 1	достоинства и недостатки методики осуществления педагогического, тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации
Уровень 1	выявляет и обосновывает достоинства и недостатки методики осуществления педагогического, тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации
Уровень 1	навыками выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления педагогического, тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации
ОПК-5.3: Составляет аналитические отчеты и записки по результатам анализа педагогического, тренировочного и соревновательного процессов	
Уровень 1	аналитические отчеты и записки по результатам анализа педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
Уровень 1	составляет аналитические отчеты и записки по результатам анализа педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
Уровень 1	навыком составлять аналитические отчеты и записки по результатам анализа педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
ОПК-5.4: Обосновывает рекомендации по совершенствованию организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов	
Уровень 1	рекомендации по совершенствованию организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
Уровень 1	обосновывать рекомендации по совершенствованию организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
Уровень 1	навыками обоснования рекомендаций по совершенствованию организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов
ОПК-5.5: Применяет методы оценки уровня и качества работы физкультурно-спортивных организаций	
Уровень 1	методы оценки уровня и качества работы физкультурно-спортивных организаций
Уровень 1	применять методы оценки уровня и качества работы физкультурно-спортивных организаций
Уровень 1	навыками применять методы оценки уровня и качества работы физкультурно-спортивных организаций
ОПК-5.6: Определяет проблемы в организации спортивной деятельности и разрабатывает мероприятия по ее совершенствованию	
Уровень 1	проблемы в организации спортивной деятельности и разрабатывает мероприятия по ее совершенствованию
Уровень 1	определять проблемы в организации спортивной деятельности и разрабатывает мероприятия по ее совершенствованию
Уровень 1	навыками определять проблем в организации спортивной деятельности и разрабатывает мероприятия по ее

1.4 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовым дисциплинам образовательной программы по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Предшествующими дисциплинами являются дисциплины «Анатомия человека», «Физиология человека», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Лечебная физическая культура», «Массаж», «Курортология».

1.5 Особенности реализации дисциплины Язык реализации дисциплины Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется с применением ЭО и ДОТ
<https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=29090>

2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад. час)	Семестр
		3
Общая трудоемкость дисциплины	2 (72)	2 (72)
Контактная работа с преподавателем:	0,78 (28)	0,78 (28)
занятия лекционного типа	0,39 (14)	0,39 (14)
занятия семинарского типа		
в том числе: семинары		
практические занятия	0,39 (14)	0,39 (14)
практикумы		
лабораторные работы		
другие виды контактной работы		
в том числе: групповые консультации		
индивидуальные консультации		
иная внеаудиторная контактная работа:		
групповые занятия		
индивидуальные занятия		
Самостоятельная работа обучающихся:	1,22 (44)	1,22 (44)
изучение теоретического курса (ТО)		
расчетно-графические задания, задачи (РГЗ)		
реферат, эссе (Р)		
курсовое проектирование (КП)	Нет	Нет
курсовая работа (КР)	Нет	Нет
Промежуточная аттестация (Зачёт)		

3 Содержание дисциплины (модуля)

3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа (акад. час)	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа, (акад. час)	Формируемые компетенции
			Семинары и/или Практические занятия (акад. час)	Лабораторные работы и/или Практикумы (акад. час)		
1	2	3	4	5	6	7
1	Основные понятия физической реабилитации	4	4	0	10	
2	Физическая реабилитация при различных травмах и патологиях	10	10	0	34	
Всего		14	14	0	44	

3.2 Занятия лекционного типа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах		
			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
1	1	Основные понятия физической реабилитации- Физиологические и биохимические основы утомления.	2	0	0
2	1	Восстановительные процессы и средства восстановления. Основы восстановления работоспособности спортсменов.	2	0	0

3	2	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки и брюшной полости	2	0	0
4	2	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы+ органов дыхания+ пищеварения и мочевого выделения+ нарушения обмена веществ.	2	0	0
5	2	Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	1	0	0
6	2	Физическая реабилитация при челюстно-лицевых травмах+ повреждениях ЛОР-органов и глаз- Физическая реабилитация при ожогах и отморожениях	1	0	0
7	2	Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности+ в послеродовой период+ при гинекологических заболеваниях- Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков.	2	0	0
8	2	Реабилитация инвалидов.	2	0	0
Итого			14	0	0

3.3 Занятия семинарского типа

				Объем в акад. часах
--	--	--	--	---------------------

			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
1	1	Физиологические и биохимические основы утомления. Восстановительные процессы и средства восстановления.	4	0	0
2	2	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	2	0	0
3	2	Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы	2	0	0
4	2	Физическая реабилитация в разных направлениях	6	0	0
Всего			14	0	0

3.4 Лабораторные занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах		
			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
Всего					

4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Демидко. Н.Н., Вышедко. А.М., Данилова. Е.Н.	Физическая реабилитация: учеб-метод. материалы к изучению дисциплины для ... 49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм	Красноярск: СФУ, 2016

5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

6.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1		Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы: учеб. пособие для вузов по напр. 032100-"Физическая культура" (по магистерской программе "Адаптивная физическая культура")	Москва: Советский спорт, 2010
Л1.2	Попов С. Н.	Физическая реабилитация: Т. 1: учебник для бакалавриата и магистратуры по направлению подготовки "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : в 2 томах	Москва: Издательский центр "Академия", 2013
Л1.3	Попов С.Н.	Физическая реабилитация: учебник для вузов	Ростов-на-Дону: Феникс, 2005
6.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Дубровский В.И.	Лечебная физическая культура (кинезотерапия): учебник для студ. вузов	Москва: Владос, 2004
6.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Данилова Е. Н., Демидко Н. Н., Вышедко А.М.	Физическая реабилитация: учебно-методический комплекс [для студентов напр. 49.03.03 (034600.62) «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»]	Красноярск: СФУ, 2015
Л3.2	Демидко. Н.Н., Вышедко. А.М., Данилова. Е.Н.	Физическая реабилитация: учеб-метод. материалы к изучению дисциплины для ... 49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм	Красноярск: СФУ, 2016

7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Э1	Электронный образовательный курс Физическая реабилитация	https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=29090
Э2	Онлайн ресурс интеллект карт	https://mindmaster.com
Э3	Видеоматериалы	https://youtube.ru

8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

В ходе изучения дисциплины в рамках самостоятельной работы предусмотрено изучение теоретического материала и подготовка к

практическим занятиям.

Темы для самостоятельного изучения:

Тема 1. Основные понятия физической реабилитации. Характеристика средств физической реабилитации. Ее задачи, принципы и средства.

Тема 2. Физиологические и биохимические основы утомления. Механизм процесса утомления. Формы утомления. Физиологическая характеристика утомления при работе различной мощности. Классификация клинических проявлений утомления (по В.М. Волкову). Тесты для диагностики утомления.

Восстановительные процессы и средства восстановления. Психологические средства восстановления (психомышечная тренировка, музыка и цветомузыка). Гигиенические средства и физические факторы восстановления (особенности питания спортсменов, влияние естественных факторов природы на восстановительные процессы, природные и преформированные факторы, массаж). Фармакологические средства восстановления (характеристика основных фармакологических средств и принципы их использования).

Тема 3. Основы восстановления работоспособности спортсменов. Динамика и особенности восстановительных процессов у спортсменов. Особенности восстановления после нагрузок различной направленности и интенсивности. Следовое последствие физических упражнений.

Тема 4. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии. Понятие о травме и травматической болезни. Физическая реабилитация при переломах; при повреждениях суставов. Основные принципы реабилитации спортсменов при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии.

Тема 5. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки и брюшной полости (на сердце, крупных сосудах и легких, органах брюшной полости).

Тема 6. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при атеросклерозе; при ишемической болезни сердца; при гипертонической болезни; при гипотонической болезни и нейроциркулярной дистонии; при приобретенных пороках сердца; при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.

Тема 7. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. Физическая реабилитация при бронхиальной астме; при

эмфиземе легких; при бронхите; при пневмонии; при плевритах; при пневмосклерозе.

Тема 8. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и мочевого выделения, нарушениях обмена веществ. При гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки; при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости; при расстройствах обмена веществ; при заболеваниях органов мочевого выделения).

Тема 9. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. При травматической болезни спинного мозга: особенности физической реабилитации лиц с травмой шейного отдела позвоночника. Физическая реабилитация при остеохондрозе; при заболеваниях и травмах периферической нервной системы; при черепно-мозговой травме; при неврозах.

Тема 10. Физическая реабилитация при челюстно-лицевых травмах, повреждениях ЛОР-органов и глаз. Причины повреждений, методика реабилитации.

Тема 11. Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях. Факторы риска, проявления, методика реабилитации, перспективы.

Тема 12. Особенности занятий физическими упражнениями в период беременности, в послеродовой период, при гинекологических заболеваниях. Лечебная физкультура при гинекологических заболеваниях. Гимнастика в период беременности, в послеродовой период, при гинекологических заболеваниях.

Тема 13. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков. Реабилитация детей с врожденной аномалией развития; при возрастных инфекционных заболеваниях; при заболеваниях сердечно-сосудистой системы; при заболеваниях органов дыхания; при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

Тема 14. Реабилитация инвалидов. Понятие инвалидности. Различные категории инвалидов. Реабилитация инвалидов с повреждениями и дефектами опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта, с сенсорно-речевыми нарушениями.

9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости)

9.1 Перечень необходимого программного обеспечения

9.1.1	1. WinRAR Standard License – для юридических лиц
9.1.2	2. Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
9.1.3	3. Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
9.1.4	4. Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

9.2 Перечень необходимых информационных справочных систем

9.2.1	Электронная библиотека Киберленинка [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://cyberleninka.ru
9.2.2	Электронная библиотека [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://e-library.ru
9.2.3	Библиотека СФУ [Электронный ресурс]: – Режим доступа: http://bik.sfu-kras.ru

10 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Оборудование для демонстрации презентаций на лекциях-визуализациях в формате .ppt, .pptx: мультимедиапроектор, ноутбук, экран или интерактивная доска.