

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.06
ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА**

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, на основе примерной рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 27.10.14г. № 1355 по специальности

код	наименование специальности
49.02.01	Физическая культура (программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)

Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Пережогина Тамара Валентиновна	высшая	преподаватель
2	Клементьева Ксения Андреевна	первая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МО МК по физической культуре			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Беляева Т.В.	23.06.2022г.	10

Согласовано на заседании научно-методического совета	
Дата заседания НМС	№ протокола
23.06.2022г.	10

Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	8
3. Условия реализации учебной дисциплины	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	20

1. ПАСПОРТ

рабочей программы учебной дисциплины

ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО

по специальности **49.02.01** **Физическая культура**

укрупненной группы специальностей **49.00.00** **Физическая культура и спорт**

Рабочая программа учебной дисциплины может быть частично использована в рамках реализации специальности «Физическая культура» заочной форм обучения.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ **Профессиональный цикл (54 часа)**

в вариативную часть циклов ППССЗ **Профессиональный цикл (42 часа)**

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

Цель дисциплины: освоение технологии профессиональной деятельности педагога в применении средств врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа для восстановления здоровья детей школьного возраста

Задачи дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

1. цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
2. назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
3. значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
4. средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
5. дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
6. показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
7. основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
8. методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
9. особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
10. понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
11. основные виды и приемы массажа

Освоение дисциплины направлено на развитие общих и профессиональных компетенций:

Код	Наименование 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 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ОК 12.	Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ОК 13.	Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовки, необходимый для социальной и профессиональной деятельности
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
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 учебно-методический 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

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур,	ЛР 3

отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	ЛР 13
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ЛР 14
Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	ЛР 15
Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности	ЛР 16
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии	ЛР 17

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося	96	часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	64	часов,
самостоятельной работы обучающегося	32	часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)	96
2	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
	в том числе:	
2.1	лабораторные занятия	не предусмотрено
2.2	практические занятия	46
2.3	контрольные работы	4
2.4	курсовая работа (проект) (<i>если предусмотрено</i>)	не предусмотрено
3	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	32
	в том числе:	
3.1	реферат	12
3.2	внеаудиторная самостоятельная работа	32
	Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

наименование дисциплины

Номер разделов и тем, код, индекс формируемых компетенций	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.	Основы врачебного контроля		2/4+3	
Тема 1.1.	Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой		2/4+3	
	Содержание учебного материала			
	1	Цели, задачи и содержание врачебного контроля в физической культуре. Система организации врачебного контроля. Методы врачебного обследования.	2	1, 2
	2	Понятие о физическом развитии; факторы, определяющие физическое развитие; понятие о телосложении и конституции человека; методы исследования физического развития: метод антропометрических стандартов, метод индексов, метод перцентилей и др.		
	3	Характеристика функционального состояния организма занимающихся физической культурой: методика проведения простейших функциональные проб (проба Руфье; проба Шаповаловой; проба Штанге; проба Генче и др)		
	Практические занятия	Исследование физического развития, особенностей телосложения и состояния опорно-двигательного аппарата. Проведение функциональных проб и анализ состояния организма занимающихся физической культурой	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	- ведение дневника самоконтроля с использованием простейших количественных показателей (ЧСС, ЧД, ЖЕЛ, веса) -определение роли преподавателя физической культуры или тренера в организации и осуществлении самоконтроля. -составление физиологической кривой занимающегося физической культурой на учебных занятиях и ее анализ	3	
Раздел 2.	Основы лечебной физической культуры		12/20+23	

Тема 2.1.		Средства, формы и методы занятий ЛФК.		2/4+6	
		Содержание учебного материала			
	1	Содержание метода лечебной физической культуры; основы физиологического и терапевтического действия физических упражнений на организм больного; показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений.		2	1
	2	Общие основы методики и организации лечебной физкультуры: средства лечебной физической культуры; общие требования к методике лечебного применения физических упражнений; разновидности занятий лечебной физической культурой.			2
	3	Методические особенности занятий лечебной физической культурой с детьми школьного возраста			
	Практические занятия		Составление методической карты «Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК. Способы дозировки физической нагрузки на занятии ЛФК в соответствии с периодами ЛФК и соответствующим им режимам двигательной активности».	2	
	Контрольные работы		по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		- подготовка реферата по теме «Исторический очерк развития лечебной физической культуры» - подготовка выступления по теме «Механизмы стимулирующего, трофического действия, компенсация нарушенных функций, образование временных компенсаций». Привести примеры	6	
Тема 2.2.		ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях		2/2+4	
		Содержание учебного материала			
	1	Понятия о повреждениях. Контрактуры и анкилозы. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений при травматической болезни.		2	1
	2	Лечебная физическая культура при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей: при переломах и вывихах ключицы; при переломах лопатки; при переломах верхнего конца плечевой кости; при вывихах головки плечевой кости; при переломах плече, предплечья; при травмах локтевого сустава, при повреждениях сухожилий кисти и пальцев.			2
	3	Лечебная физическая культура при компрессионных переломах грудных и			

		поясничных позвонков и переломах костей таза.		
	4	Лечебная физическая культура при повреждениях нижних конечностей: при переломах шейки бедра; при диафизарных переломах бедра; при травмах коленного сустава, диафиза костей голени; при повреждениях сухожильно-связочного аппарата в области голеностопного сустава; при переломах костей стопы.		
	Практические занятия	Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей. Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при повреждении нижних конечностей;	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	- составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при переломах и вывихах ключицы; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при переломах и вывихах в области запястья и кисти; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков и переломах костей таза; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при повреждениях стопы;	4	
Тема 2.3.	ЛФК при заболеваниях органов дыхания		2/4+2	
	Содержание учебного материала			
	1	Лечебная физическая культура при заболеваниях хроническим бронхитом, эмфиземе легких, плеврите, пневмонии.	2	1, 2
	2	Лечебная физическая культура при заболеваниях бронхиальной астмой.		
	3	Лечебная физическая культура при хронической туберкулезной инфекции у детей и подростков.		
	Практические занятия	Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при хроническом бронхите	4	
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при эмфиземе легких.		
		Составление и проведение комплекса лечебной		

		физической культуры при плеврите.		
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при бронхиальной астме		
	Самостоятельная работа обучающихся	- составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при пневмонии; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при хронической туберкулезной интенсификации у детей и подростков.	2	
Тема 2.4.	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, печени и желчных путей		2/2+2	
	Содержание учебного материала			
	1	Лечебная физическая культура при гастритах, гастроптозах, колитах	2	1, 2
	2	Лечебная физическая культура при язвенной болезни желудка, при заболеваниях печени		
	3	Лечебная физическая культура при болезнях обмена веществ и ожирении.		
	4	Лечебная физическая культура при подагре и диабете.		
	Практические занятия	Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при гастритах	2	
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при болезнях обмена веществ и ожирении.		
	Самостоятельная работа обучающихся	- составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при язвенной болезни желудка, при заболеваниях печени; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при подагре и диабете	2	
Тема 2.5.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной систем		2/4+3	
	Содержание учебного материала			
	1	Лечебная физическая культура при болезнях сердечной мышцы, заболеваниях эндокарда и пороков сердца, коронарной недостаточности (стенокардия, инфаркт миокарда)	2	
	2	Лечебная физическая культура при нарушениях нейрогуморальной регуляции кровообращения: атеросклероз, гипертоническая и гипотоническая болезнь.		2
	3	Основы методики лечебного применения физических упражнений при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы.		
	4	Лечебная физическая культура при неврозах		

	Практические занятия	Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при гипертонической и гипотонической болезни.	4	
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при неврозах		
	Самостоятельная работа обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при стенокардии и инфаркте миокарда; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при атеросклерозе; - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при одном из заболеваний и повреждений периферической нервной системы (по выбору). 	3	
Тема 2.6.	ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата		2/4+6	
	Содержание учебного материала			
	1	Дефекты осанки, их предупреждение и устранение	2	1, 2
	2	Лечебная физическая культура при сколиозе (деформации позвоночника во фронтальной плоскости)		
	3	Лечебная физическая культура при кифотическом искривлении позвоночника: сутулая, кругло-вогнутая, плоская спина.		
	4	Лечебная физическая культура при функциональной недостаточности стоп и плоскостопии		
	5	Особенности проведения занятий с учащимися СМГ и группах «Здоровья»		
	Практические занятия	Определение дефектов осанки	4	
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при кифотическом искривлении позвоночника		
		Составление и проведение комплекса лечебной физической культуры при сколиозе.		
		Составление конспекта занятий с учащимися СМГ с нарушением осанки		

	Самостоятельная работа обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> - составление конспекта комплекса лечебной физической культуры при функциональной недостаточности стоп и плоскостопии; - составление конспекта комплекса лечебной утренней гигиенической гимнастики для детей с дефектами осанки; - разработать рекомендации для родителей по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата; - составление конспекта занятия группы «Здоровья» в школе 	6	
Раздел 3.	Основы массажа		0/24+6	
Тема 3.1.	Классификация и применение приемов массажа и самомассажа		4/24+6	
	Содержание учебного материала			
	1	Приемы поглаживание, выжимание, растирание, ударно-вибрационные: определение приемов; технологические параметры; разновидности; техника проведения приемов на отдельных участках тела.	-	1, 2
	2	Приемы разминания: определение приемов; технологические параметры; разновидности; Понятие о соединительно-тканых структурах; особенности проведения разминания на соединительно-тканых структурах; техника проведения разминания на мышцах и суставах.	-	
	3	Использование массажных приемов в сочетаниях: на нижних и верхних конечностях; в области спины, груди, шеи и живота. Особенности применения приемов массажа с детьми школьного возраста	-	
	4	Использование приемов самомассажа		
	Практические занятия	Выполнение приемов поглаживания, выжимания, растирания, ударно-вибрационных	22	
		Выполнение приемов разминания		
		Выполнение массажных приемов в сочетаниях: на нижних и верхних конечностях; в области спины, груди, шеи и живота.		
		Выполнение приемов массажа в сочетаниях в целом		
		Выполнение приемов самомассажа и массажа с детьми школьного возраста		
	Контрольные работы	по теме 3.1. «Классификация и применение приемов	2	

		массажа и самомассажа»		
	Самостоятельная работа обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> - подготовка реферата на тему «История, гигиена, физиология массажа» - анализ литературы и подготовка выступления на тему «Системы, формы, методы и классификация массажа» - подготовка сообщения на тему «Виды спортивного массажа» 	6	
		Дифференцированный зачет	2	
		Всего	96 (14/50+32)	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	основ врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа
3.1.2	лаборатории	информатики и информационно-коммуникационных технологий;
3.1.3	зала	библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

3.1.4. Оборудование учебного кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Кабинет основ врачебного контроля и массажа	
1.	рабочие места по количеству обучающихся	К
2.	рабочее место преподавателя	1
I.	Технические средства обучения	
1.	Столы массажные	3 шт.
2.	Стул ученический ростовой	1 шт.
II.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
1.	Видеофильмы:	
III.	Печатные пособия	
1.	Тематические таблицы:	
2.	Схемы по разделам курсов:	
3.	Диаграммы и графики:	
4.	Атласы:	
IV	Учебно-методические материалы по дисциплине	
1	Материалы по теоретической части дисциплины	К
2	Материалы к практическим занятиям по дисциплине	К
3	Материалы по организации самостоятельной работы	К
4	Комплекты контрольно-оценочных средств	К
V.	Лабораторное оборудование	
VI.	Демонстрационное оборудование	

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Спортивный зал для занятий лечебной физической культуры, фитнесом. Тренажерный зал (корпус 2)	
I.	Демонстрационное оборудование	
1.	Хореографический станок настенный	2
2.	Теннисный стол START LINE Game Indoor	4
3.	Беговая дорожка DFC LV1004	2
4.	Велотренажер магнитный Life Gear 20231	2
5.	Эллиптический тренажер DFK WE1006	2
6.	Мини-степпер DFKSC-S007	3

7.	Зеркало травмобезопасное	7
8.	Ракетка для настольного тенниса	20
9.	Мяч для настольного тенниса	10
10.	Мат гимнастический	5
11.	Мат спортивный жесткий	5
12.	Коврик гимнастический	20
13.	Фитбол STAR FIT	10
14.	Набор эспандеров трубчатых	2
15.	Утяжелители для рук	10
16.	Шагомер	5
17.	Секундомер	2
18.	Конус игровой	2
19.	Скамья со спинкой и вешалкой	4
20.	Стеллаж металлический серый	1
21.	Скамья белая	3
22.	Скамья со спинкой	2
3.	Мяч футбольный	К
4.	Скакалки	30
7.	Сетка волейбольная	
8.	Гимнастическая палка	
5.	Гантели разборные	2
6.	Скакалки	13
7.	Мячи набивные	3
8.	Тонометр	1
9.	Гири 16 кг	1
10.	Шведская стенка	3
11.	Покрывало для массажных столов	2
12.	Диск гимнастический	2
II.	Технические средства обучения	
1.	Ноутбук (переносной)	1
2.	Мультимедиа проектор (переносной)	1
2.	Музыкальный центр	1

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Горбачев, Д.В. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа: учебное пособие. – Санкт-Петербург, 2016. – 258с.
2. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 272 с.
3. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учебное пособие для среднего профессионального образования

/ В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 253 с.

Дополнительные источники:

4. Бирюков, А.А. Спортивный массаж: учебник для институтов физической культуры /А.А.Бирюков. - Москва: Академия, 2013. - 576с.
5. Васичкин В.В. Энциклопедия массажа: практическое пособие / В.В.Васичкин. – Москва: АСТ-ПРЕСС, 2013.
6. Врачебный контроль в физической культуре: учебное пособие / Е.Е. Ачкасов. – Москва, 2014. – 196с.
7. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх. – Москва: Советский спорт, 2017. – 165с.
8. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: учебник для студентов высших учебных заведений / В.И. Дубровский. – 2-е изд., доп. – Москва: Владос, 2012. – 512с.
9. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебник для медицинских училищ и колледжей. / В.А. Епифанов.- ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528с.
10. Калюжнова, И.А. Лечебная физкультура. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 208с.
11. Крюкова, Д.А. Здоровый человек и его окружение: учебное пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. – 232с.
12. Лечебная физическая культура: справочник/ под ред. В.А. Епифанова. – Москва: Медицина, 2014. – 592с.
13. Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений / С.Н. Попов, Н.М. [и др.] ; под ред. С.Н. Попова. -3-е изд., стер. - Москва: Академия, 2016. - 416с.
14. Физическая культура. Система работы с учащимися специальных медицинских групп: рекомендации, планирование, программы. - Волгоград: Учитель, 2014. – 188с.

Интернет-ресурсы:

1. Валеология - здоровый образ жизни: физиология жизнедеятельности... [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fiziolive.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
2. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://physiotherapy.narod2.ru/>, свободный. – Загл.с экрана.
3. Лечебный массаж: виды и техники [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://zen.yandex.ru/media/systavi/lechebnyi-massaj-vidy-i-tehniki-5bc46b1ddca03c00aba3824b> , свободный. – Загл. с экрана.
4. Врачебный контроль в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://бмэ.орг/index.php/ВРАЧЕБНЫЙ_КОНТРОЛЬ , свободный. – Загл. с экрана.

3.3. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализован с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным работам, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- результативной организации самостоятельной работы обучающегося с оценкой каждого вида деятельности обучающегося;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: do.kpk.kss45.ru.

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>

- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.

- TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.

- Академия ЮРАЙТ – Образовательная платформа Юрайт. Для вузов и ссузов. (urait.ru).

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

В ходе освоения учебных дисциплин активно используются образовательные ресурсы Интернета (материалы образовательных порталов, персональных сайтов педагогов, социальных сетей, профессиональных педагогических сообществ). Стимулируется участие студентов в дистанционных образовательных курсах по

педагогической тематике («Интуит», НОППО и др.), допускается зачёт пройденных курсов по определённым разделам программы (при представлении студентом документов, подтверждающих прохождение курса).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, дифференцированного зачёта, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

№	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
	Освоенные умения	
1	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	-оценка результатов выполнения практических работ к теме 2.2. «ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях»; теме 2.3.«ЛФК при заболеваниях органов дыхания»; теме 2.4. «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, печени и желчных путей»; теме 2.5. «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной систем»; теме 2.6.«ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»; теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа и самомассажа»;
2	проводить простейшие функциональные пробы;	-оценка результатов выполнения практической работы № 2 к теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»; -оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»;
3	под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);	-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2 и самостоятельной работы к теме 2.2. «ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях»; -оценка результатов выполнения практической работы № 1-4 и самостоятельной работы к теме 2.3. «ЛФК при заболеваниях органов

		<p>дыхания»;</p> <p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2 и самостоятельной работы к теме 2.4. «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, печени и желчных путей»;</p> <p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2 и самостоятельной работы к теме 2.5. «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной систем»;</p> <p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2,3,4 и самостоятельной работы к теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»;</p>
4	использовать основные приемы массажа и самомассажа;	<p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2,3,4 к теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа»;</p> <p>оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа и самомассажа»;</p>
	Усвоенные знания	
1	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	<p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1, 2 к теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»;</p> <p>-оценка результатов контрольной работы по теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»;</p>
2	назначение и методику проведения простейших функциональных проб;	<p>-оценка результатов выполнения практической работы № 2 к теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»;</p> <p>-оценка результатов выполнения контрольной работы по теме 1.1. «Врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой»;</p>
3	значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;	<p>-оценка результатов выполнения практической работы № 1 к теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»</p> <p>- оценка результатов выполнения контрольной работы по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»</p>

		оценка результатов выполнения самостоятельной работы по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»
4	средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;	-оценка результатов выполнения практической работы № 1 к теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК» - оценка результатов выполнения контрольной работы по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»
5	дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;	-оценка результатов выполнения практической работы № 1 к теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК» - оценка результатов выполнения контрольной работы по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»
6	показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;	-оценка результатов выполнения практической работы № 1 к теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК» - оценка результатов выполнения контрольной работы по теме 2.1. «Средства, формы и методы занятий ЛФК»
7	основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	-оценка результатов выполнения практических и самостоятельных работ к теме 2.2. «ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях»; теме 2.3. «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»; теме 2.4. «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, печени и желчных путей»; теме 2.5. «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной систем»; теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»;
8	методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;	-оценка результатов выполнения практической работы № 4 к теме к теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»; -оценка результатов выполнения практической работы № 4 к теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа и самомассажа»; -оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях

		опорно-двигательного аппарата»;
9	особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе	-оценка результатов выполнения практической работы № 4 к теме к теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»; -оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме 2.6. «ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата»;
10	понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм	-оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа и самомассажа»;
11	основные виды и приемы массажа	-оценка результатов выполнения практической работы № 1,2,3,4 к теме 3.1. «Классификация и применение приемов массажа и самомассажа»;