

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Сочинский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### «Физическая реабилитация»

**Шифр и направление подготовки**

49.03.01 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»  
бакалавр

**Квалификация (степень) выпускника**

**Профиль подготовки:**

«Физическая реабилитация»  
очная

**Форма обучения:**

**Выпускающая кафедра**

Физической культуры и спорта

**Кафедра-разработчик рабочей программы**

Физической культуры и спорта

**Год набора**

2024

Семестр	Трудоёмкость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
7	216/6	16	16	148	-	Экзамен (36)
Итого	216/6	16	16	148	-	Экзамен (36)

Лист согласования рабочей программы дисциплины

Рабочую программу составил:

Л.С.У. Легкая Е.Ф., к.б.н., доцент

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА**

Заведующий кафедрой

Л.С.У.

Полякова Антонина  
Валентиновна

Директор НОБ

В.С.У.  
подпись

Онищенко Е.В.  
Ф.И.О.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и  
методического обеспечения

В.С.У.  
подпись

Васильченко В.В.  
Ф.И.О.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2024 - 2025 учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

Рабочая программа переутверждена на 2025 - 2026 учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

Рабочая программа переутверждена на 2026 - 2027 учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

Рабочая программа переутверждена на 2027 - 2028 учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2027 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_  
ФИО

*(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)*

## 1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Физическая реабилитация» является формирование общего представления о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации.

Задачи дисциплины:

1. Изучение состояния здоровья человека, в том числе инвалида, закономерностей формирования и возможностей развития компенсаций у человека.
2. Освоение современных методов и средств физической реабилитации для больных с заболеваниями (травмами) различных половозрастных групп и степени инвалидности.
3. Обобщение и внедрение в профессиональную деятельность передового опыта по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека.
4. Совершенствование индивидуальных программ реабилитации и современных способов наиболее полного устранения или развития оставшихся ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.

## 2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана.

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
ОПК-8, ОПК-9, ОПК-13	
ОПК-8	Спортивная медицина и врачебно-педагогический контроль, Физическая реабилитация, Частные методики адаптивной физической культуры, Лечебная физическая культура, Кинезиотерапия в реабилитации лиц разного возраста с двигательными нарушениями, Ознакомительная практика, Преддипломная практика
ОПК-9	Частная патология, Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура, Кинезиотерапия в реабилитации лиц разного возраста с двигательными нарушениями, Ознакомительная практика, Преддипломная практика
ОПК-13	Подвижные игры в адаптивной физической культуре, Физическая реабилитация, Ознакомительная практика, Преддипломная практика

## 3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины, обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
ОПК-8		
Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для	ОПК-8.1 Аргументированно излагает основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности, наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений для различных нозологических форм, видов инвалидности,	Знать: основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности, виды заболеваний и повреждений для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья Уметь: аргументированно излагать основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности, наиболее

различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья Владеть: навыками аргументированно излагать основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности, наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья
	ОПК-8.2 Выделяет средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей, дифференцированно их назначать с учетом индивидуальных особенностей.	Знать: средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей.  Уметь: дифференцированно назначать формы и методы физической реабилитации с учетом индивидуальных особенностей.  Владеть: навыками дифференцированного использования средств, форм и методов физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей лиц с ОВЗ.
	ОПК-8.3 Имеет опыт применения профессиональной терминологии, владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей	Знать: терминологию, методы физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей Уметь: применять терминологию, методы физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей Владеть: навыками применения терминологии, методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей
ОПК-9		
ОПК-9 Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с	ОПК-9.1 Демонстрирует знания о функциях организма, способных частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы, современных методах их развития.	Знать: представленные в «Физической реабилитации» функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы Уметь: подбирать адекватные методы развития основных функций организма, частично или полностью утраченных в результате заболевания или травмы. Владеть: навыками применения знаний о функциях организма, представленных в «Физической реабилитации», а также современных методов их развития
	ОПК-9.2 Формулирует цель и задачи компенсаторной деятельности, оценивает ее	Знать: цели и задачи компенсаторной деятельности, применяемой в «Физической реабилитации», а также оценивать ее

отклонениями в состоянии здоровья	<p>эффективность при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп, корректирует содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.</p>	<p>эффективность при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп  Уметь: адекватно подбирать и корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в «Физической реабилитации» в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.  Владеть: навыками применения в «Физической реабилитации» компенсаторной деятельности, оценивая ее эффективность при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп.</p>
	<p>ОПК-9.3 Имеет опыт создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека, применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп</p>	<p>Знать: условия развития компенсаторной возможностей применяемой в «Физической реабилитации», при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп  Уметь: подбирать адекватные методы оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп в «Физической реабилитации»  Владеть: навыками создания в «Физической реабилитации» условий развития компенсаторных возможностей организма человека, а также применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп</p>
ОПК-13		
<p>ОПК-13  Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний</p>	<p>ОПК-13.1 Определяет морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения.</p>	<p>Знать: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, применяемые в «Физической реабилитации», а также критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения.  Уметь: адекватно подбирать критерии оценки физического развития используемые в «Физической реабилитации», определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, и анализу результатов их применения.  Владеть: навыками определения морфологических особенностей занимающихся физической культурой различного пола и возраста в «Физической реабилитации», а также навыками подбора критериев оценки физического развития, определяющий подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения в</p>

занимающихся		«Физической реабилитации».
	ОПК-13.2 Определяет специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок	Знать: специфику планирования, аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок в «Физической реабилитации». Уметь: адекватно подбирать предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок в «Физической реабилитации». Владеть: навыками определения специфики планирования в «Физической реабилитации», объективных и субъективных предпосылок, масштабов и предметных аспектов планирования.
	ОПК-13.3 Дифференцирует обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.	Знать: степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок в «Физической реабилитации». Уметь: адекватно подбирать величину тренировочных нагрузок обучающихся, в «Физической реабилитации», тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок. Владеть: навыками адекватного подбора величин тренировочных нагрузок в «Физической реабилитации», тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.

#### 4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 часов.

№ раздела	Наименование темы дисциплины	Всего часов	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	1. Реабилитация и её принципы. Общая характеристика средств физической реабилитации. Психологические аспекты реабилитации	12	2	2		8
2	2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии	12	2	2		8
3	3. Физическая реабилитация при	12	2	2		8

	заболеваниях сердечно-сосудистой системы					
4	4. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы	12	2	2		8
5	Раздел 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения	12	2	2		8
6	Раздел 6. Физическая реабилитация больных при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки, брюшной полости и ампутациях	12	2	2		8
7	Раздел 7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы	12	2	2		8
8	8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	12	2	2		8
	Экзамен	36				
		216	16	16		148

#### 4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	1. Реабилитация и её принципы. Общая характеристика средств физической реабилитации. Психологические аспекты реабилитации	Реабилитация. Общая характеристика физической реабилитации. Реабилитационная программа. Общая характеристика средств физической реабилитации. Психологические аспекты реабилитации
2	2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии	Понятие о травме, травматизме, травматической болезни и переломах. Основы физической реабилитации при повреждениях опорно-двигательного аппарата. Физическая реабилитация при переломах костей верхнего плечевого пояса. Физическая реабилитация при переломах свободной части верхней конечности.
3	3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при атеросклерозе. Физическая реабилитация при ишемической болезни сердца. Физическая реабилитация при гипертонической болезни.
4	4. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы	Общие данные о заболеваниях органов дыхания. Физическая реабилитация при бронхиальной астме и эмфиземе лёгких. Физическая реабилитация при бронхите и бронхоэктатической болезни. Физическая реабилитация при пневмонии и плевритах.
5	5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения	Общие данные о заболеваниях органов пищеварения. Физическая реабилитация при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Физическая реабилитация при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости.
6	6. Физическая реабилитация больных при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки, брюшной полости и ампутациях	Физическая реабилитация больных при хирургических операциях на сердце и крупных сосудах. Физическая реабилитация больных при оперативных вмешательствах на легких и органах брюшной полости. Физическая реабилитация больных при ампутациях конечностей.
7	7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы	Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация больных с острым нарушением мозгового кровообращения. Физическая реабилитация при травматической болезни спинного мозга.
8	8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	Физическая реабилитация детей с врожденной аномалией развития. Физическая реабилитация детей при инфекционных заболеваниях. Физическая реабилитация детей с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация детей с заболеваниями органов дыхания

#### 4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
-------	------------------------------	--------------------

1	1. Реабилитация и её принципы. Общая характеристика средств физической реабилитации. Психологические аспекты реабилитации	Устный опрос по теме Написание рефератов по темам: «Понятие, виды, принципы реабилитации», «История развития реабилитации», «Цель, задачи, принципы физической реабилитации», «Суть реабилитационной программы, правила составления».
2	2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Особенности составления программ реабилитации при повреждениях опорно-двигательного аппарата», «Периоды реабилитации при травмах при консервативном и оперативном лечении», «Цель, задачи, средства и методы физической реабилитации в иммобилизационном, постиммобилизационном и восстановительном периодах при повреждениях опорно-двигательного аппарата».
3	3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Устный опрос по теме . Подготовка рефератов по темам «Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы», «Механизмы лечебного действия физических упражнений», «Общие основы методики занятий ЛФК при болезнях сердечно-сосудистой системы».
4	4. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Основные симптомы заболеваний органов дыхания», «Механизмы лечебного действия физических упражнений и общие основы методики занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания».
5	5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Дисфункция кишечника и желчевыводящих путей, энтероколиты и опущения органов брюшной полости: общая характеристика заболеваний (определения, виды, этиология, патогенез, симптомы, принципы терапии)», «Цель, задачи, особенности, средства и методы физической реабилитации при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости».
6	6. Физическая реабилитация больных при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки, брюшной полости и ампутациях	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Общие принципы реабилитации при оперативном лечении сердца и крупных сосудов», «Общая характеристика пороков сердца: определение, виды, симптомы, принципы лечения», «Задачи, средства и методы физической реабилитации при хирургических вмешательствах по поводу пороков сердца», «Аортокоронарное шунтирование: общая характеристика методики».
7	7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Основные симптомы расстройств высших мозговых функций», «Основные симптомы расстройств функций вегетативной нервной системы».
8	8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	Устный опрос по теме Подготовка рефератов по темам «Общая характеристика врожденных аномалий развития у детей», «Задачи, средства и методы физической реабилитации при врожденном вывихе бедра», «Задачи, средства и методы физической реабилитации при врожденной косолапости и мышечной кривошее». «Задачи, средства и методы физической реабилитации при пупочной грыже».

#### 4.1.4 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Вид СРС
1	Раздел 1. Реабилитация и её принципы. Общая характеристика средств физической реабилитации. Психологические аспекты реабилитации	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
2	Раздел 2. Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
3	Раздел 3. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
4	Раздел 4. Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
5	Раздел 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
6	Раздел 6. Физическая реабилитация больных при оперативных вмешательствах на органах грудной клетки, брюшной полости и ампутациях	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
7	Раздел 7. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.
8	Раздел 8. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к тестированию, подготовка к промежуточной аттестации.

## 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 4.2.1 Литература (Литература тут - <https://www.iprbookshop.ru/> после эту строчку УДАЛИТЬ)

1. Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539543> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Миронова, Е. Н. Основы физической реабилитации : учебно-методическое пособие / Е. Н. Миронова. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017. — 199 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73252.html> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Мугерман, Б. И. Физическая реабилитация детей с патологией опорно-двигательного аппарата : монография / Б. И. Мугерман, Д. Б. Парамонова. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2021. — 295 с. — ISBN 978-5-98180-942-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/125560.html> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/125560>.
4. Основы физической реабилитации : учебник / И. Г. Таламова, Н. М. Курч, А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — 2-е изд. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 355 с. — ISBN 978-5-4497-2193-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/130527.html> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/130527>.
5. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. — Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. — 224 с. : схем., табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230> (дата обращения: 07.06.2024). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-7996-1684-7. — Текст : электронный.
6. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 224 с. — ISBN 978-5-7996-1684-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/68271.html> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
7. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544549> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авторы-составители: О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеева. — Москва : Спорт, 2016. — 385 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367> (дата обращения: 07.06.2024). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст : электронный.
9. Физическая реабилитация и коррекция психофизического статуса школьников с нарушениями слуха средствами оздоровительной аэробики : учебно-методическое пособие / составители Я. В. Платонова, В. И. Сютина. — Тамбов : Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, 2019. — 155 с. — ISBN 978-5-00078-284-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109771.html> (дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
10. Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК на занятиях физической культурой : методическое пособие / В. В. Андреев, А. И. Морозов, Л. Е. Школьникова, А. В. Фоминых. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017. — 96 с. — ISBN 978-5-98452-148-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73549.html>

(дата обращения: 07.06.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/73549>.

**4.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**  
Электронная библиотека Сочинского государственного университета [Электронный ресурс] : база данных. – Электрон. дан. – Сочи, [2017- ]. – Режим доступа: <http://lib.sutr.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

Электронно-библиотечные и справочно-правовые системы:

- IPRbooks [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)». – Электрон. дан. – Саратов, [2010-]. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>, по паролю. – Загл. с экрана.
- КонсультантПлюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система /Компания «КонсультантПлюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ, по паролю. – Загл. с экрана.
- КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеос». – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Электрон. дан. – Москва, [2000-]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>, требуется регистрация. – Загл. с экрана.

### **4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине**

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине. Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине.
- критерии оценивания;
- шкалы оценивания.

### **Критерии оценивания результатов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации:**

Нормы оценки знаний предполагают учёт индивидуальных особенностей обучающихся, дифференцированный подход к обучению, проверке знаний, умений, уровня формирования компетенций.

В устных и письменных ответах обучающихся при выполнении практических заданий и расчетов учитываются: глубина знаний, владение необходимыми умениями (в объеме программы), логичность изложения материала, включая обобщения, выводы, соблюдение норм литературной речи, владение навыками и приемами выполнения практических заданий, подтверждение сделанных при решении практических заданий выводов соответствующими нормативными документами, правильность расчета показателей, полнота и правильность раскрытых процедур и действий в предложенном практическом задании.

Шкала оценивания ответов обучающегося при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (зачет с оценкой)

Оценка «отлично» - Материал усвоен полностью, студент правильно отвечает на все вопросы, ответы на открытые вопросы аргументированы. Обучающийся показывает владение всеми индикаторами достижения компетенций дисциплины.

Оценка «хорошо» - Студент усвоил материал, правильно отвечает на большинство вопросов, приводит аргументы, отвечая на открытые вопросы. Обучающийся показывает владение большинством индикаторов достижения компетенций дисциплины.

Оценка «удовлетворительно» Студент недостаточно усвоил материал, правильно отвечает на половину вопросов, отвечая на открытые вопросы, не приводит аргументы. Обучающийся

показывает владение минимально достаточным количеством индикаторов достижения компетенций дисциплины.

Оценка «неудовлетворительно» - обучающийся не отвечает на вопросы или допускает грубые, существенные ошибки при ответах, не демонстрирует владения индикаторами достижения компетенций по дисциплине.

### **Примерные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:**

1. Понятие о физической реабилитации. Виды физической реабилитации. Задачи физической реабилитации.
2. Принципы физической реабилитации.
3. Этапы физической реабилитации.
4. Средства физической реабилитации.
5. Особенности метода ЛФК.
6. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений.
7. Механизмы регуляции физиологических функций при воздействии физических средств реабилитации.
8. Основные положительные эффекты физических упражнений.
9. Основные средства ЛФК.
10. Классификация физических упражнений.
11. Способы дозировки физической нагрузки.
12. Формы ЛФК и их характеристика.
13. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
14. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
15. Понятие кинезотерапии, особенности метода кинезотерапии.
16. Средства кинезотерапии, классификация физических упражнений.
17. Механизмы и принципы кинезотерапии.
18. Физическая реабилитация при компрессионном переломе позвоночника.
19. Физическая реабилитация при травмах верхних конечностей.
20. Физическая реабилитация при травмах нижних конечностей.
21. Физическая реабилитация при врожденной мышечной кривошее.
22. Физическая реабилитация при дисплазии тазобедренных суставов, врожденном вывихе бедра.
23. Методика физической реабилитации при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника.
24. Методика физической реабилитации при нарушениях осанки, сколиотической болезни и плоскостопии.
25. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
26. Методика физической реабилитации при хронической ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, гипертонической, гипотонической и вегето-сосудистой болезни на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах.
27. Методика физической реабилитации при врожденных и приобретенных пороках сердца.
28. Методика физической реабилитации при артериальной недостаточности и варикозном расширении вен нижних конечностей.
29. Методика физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме.
30. Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой.
31. Методика физической реабилитации при гастритах, язвенной болезни желудка и 12- перстной кишки, дискинезии желчевыводящих путей
32. Методика физической реабилитации при ожирении, подагре и сахарном диабете
33. Физическая реабилитации при нефритах, нефроптозе и почечно-каменной болезни.
34. Физическая реабилитация при инсульте
35. Методика физической реабилитации при различных заболеваниях у пожилых людей.
36. Гимнастика в периоде беременности, в родах и послеродовой период.
37. Физическая реабилитация при гинекологических заболеваниях.
38. Методика физической реабилитации при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника.

39. Физическая реабилитация при остеохондропатиях. 4

0. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями

## **5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины**

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям. Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с обязательной и дополнительной литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. Особое внимание следует уделить осмыслению новых психологических понятий. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические рекомендации студентам по подготовке к экзамену. При подготовке к экзамену необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине. Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе и включенные в требования к экзамену, выносятся на самостоятельное изучение.

На экзамене студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. Студент также должен показать знания учебных пособий разных лет, умение их аннотировать, знакомство с материалами новейших исследований. При подготовке к ответу на зачете студенту разрешено пользоваться программой по курсу. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, педагог имеет право задать ему ряд вопросов, стимулирующих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Монологические высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

### **5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине**

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование навыков, умений и знаний, приемов познавательной деятельности и обеспечивает интерес к творческой работе.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, программы, плана задания или работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы
- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине

### **5.3 Особенности преподавания дисциплины**

В целях максимального усвоения дисциплины используются следующие технологии обучения:

Лекция - учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Практическая работа - совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делегированием полномочий и ответственности.

Самостоятельная работа студента, предусматривает выполнение работы - задание, которое требует от студента воспроизведения и/или обработки полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем, и требующей, как правило, творческого подхода.

Преподавание дисциплины опирается на современный подход к обучению и ориентируется на внесение в процесс обучения новизны, обусловленной особенностями динамики развития жизни и деятельности, спецификой различных технологий обучения и потребностями личности, общества и государства в выработке у обучаемых социально полезных знаний, убеждений, черт и качеств характера, отношений и опыта поведения.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможны с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

#### **5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Лекционные занятия - комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

2. Практические занятия - компьютерный класс, презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

3. Самостоятельная работа обучающихся - Помещения для самостоятельной работы: рабочие места обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для самостоятельной работы и работы в электронной информационно-образовательной среде СГУ; библиотека, читальный зал.

4. Рабочее место преподавателя - оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

#### **Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:**

Microsoft Windows

Microsoft Office

LibreOffice

Архиватор 7-zip

Adobe Reader

КонсультантПлюс

Kaspersky Security

VLC Media Player

Прометей

#### **5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются,

как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

**Приложение к рабочей программе дисциплины**  
**«Физическая реабилитация»**

49.03.01 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»  
«Физическая реабилитация»

**АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины  
«Физическая реабилитация»  
обязательной части учебного плана  
форма обучения: очная

<b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)</b>	216/6
<b>Цель изучения дисциплины</b>	формирование общего представления о здоровье, здоровом образе жизни, реабилитации.
<b>Содержание дисциплины</b>	<p>Изучение состояния здоровья человека, в том числе инвалида, закономерностей формирования и возможностей развития компенсаций у человека.</p> <p>Освоение современных методов и средств физической реабилитации для больных с заболеваниями (травмами) различных половозрастных групп и степени инвалидности.</p> <p>Обобщение и внедрение в профессиональную деятельность передового опыта по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека.</p> <p>Совершенствование индивидуальных программ реабилитации и современных способов наиболее полного устранения или развития оставшихся ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.</p>
<b>Формируемые компетенции (коды)</b>	ОПК-8, ОПК-9, ОПК-13
<b>Коды и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<p>ОПК-8.1 Аргументированно излагает основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности, наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p> <p>ОПК-8.2 Выделяет средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей, дифференцированно их назначать с учетом индивидуальных особенностей.</p> <p>ОПК-8.3 Имеет опыт применения профессиональной терминологии, владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей</p> <p>ОПК-9.1 Демонстрирует знания о функциях организма, способных частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы, современных методах их развития.</p> <p>ОПК-9.2 Формулирует цель и задачи компенсаторной деятельности, оценивает ее эффективность при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп, корректирует содержание и направленность компенсаторной</p>

	<p>деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.</p> <p>ОПК-9.3 Имеет опыт создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека, применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп</p> <p>ОПК-13.1 Определяет морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения.</p> <p>ОПК-13.2 Определяет специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок</p> <p>ОПК-13.3 Дифференцирует обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.</p>
<b>Дисциплины, участвующие в формировании компетенции</b>	Лечебная физическая культура, частные методики АФК, Кинезиотерапия в реабилитации лиц разного возраста с двигательными нарушениями, адаптивный спорт, теория и организация адаптивной физической культуры
<b>Образовательные технологии</b>	Лекционные занятия, Практические занятия, СРС
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	экзамен