

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им.
Н.И. Лобачевского»**

Институт клинической медицины

(факультет / институт / филиал)

Утверждено на заседании методической
комиссии Института клинической
медицины Протокол №2 от 26.01.2023

Рабочая программа дисциплины

Основы физической реабилитации

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

Бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

49.03.02

Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Физическая реабилитация

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Квалификация (степень)

Бакалавр

(бакалавр / магистр / специалист)

Форма обучения

Очная и заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижний Новгород

2023 Год

Лист актуализации

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

___ 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры

Протокол от ___ 20__ г. № ___
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

___ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры

Протокол от ___ 20__ г. № ___
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

___ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры

Протокол от ___ 20__ г. № ___
Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

___ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

Протокол от ___ 20__ г. № ___
Зав. кафедрой _____

1. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Основы физической реабилитации» (Б.1.О.18) относится к обязательной части, к части блока 1 (дисциплины/модули). Дисциплина обязательна для освоения в 6 семестре.

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции* (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине**	
ОПК-8 Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-8.1.	Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.	Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи Реферат
	ОПК-8.2.	Умеет: - выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей; - использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации; -	Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи

		пользоваться физиотерапевтическим оборудованием.	
	ОПК-8.3.	Имеет опыт: - применения профессиональной терминологии; - владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - обобщения и анализа полученных результатов тестирования; - владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; - работы на физиотерапевтическом оборудовании.	Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи
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 отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-9.1.	Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; -современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций.	Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи Реферат
	ОПК-9.2.	Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.	Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи
	ОПК-9.3.	Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных	Собеседование Тест

		<p>возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.</p>	Разноуровневые задания и задачи
<p>ОПК-10. Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)</p>	ОПК-10.1.	<p>Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.</p>	<p>Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи Реферат</p>
	ОПК-10.2.	<p>Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)</p>	<p>Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи</p>
	ОПК-10.3.	<p>Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного</p>	<p>Собеседование Тест Разноуровневые задания и задачи</p>

		заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	
--	--	---	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения	заочная форма обучения
Общая трудоемкость	4 ЗЕТ	–	4 ЗЕТ
Часов по учебному плану	144		144
в том числе			
аудиторные занятия (контактная работа):	50		14
- занятия лекционного типа	16		6
- занятия семинарского типа	32		6
- КСРИФ	2		2
самостоятельная работа	58		121
Контроль	36		9
Промежуточная аттестация – экзамен			

3.2. Содержание дисциплины

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины	Всего (часы)			В том числе											
				Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них									Самостоятельная работа обучающегося, часы		
				Занятия лекционного типа			Занятия семинарского типа			Занятия лабораторного типа			Всего		
	Очная	Очно-заочная	Заочная	Очная	Очно-заочная	Заочная	Очная	Очно-заочная	Заочная	Очная	Очно-заочная	Заочная	Очная	Очно-заочная	Заочная
Раздел 1. Организационно-методические основы реабилитации	2	6	3	4	2	6	2	2				10	4	16	3

Раздел 2. Средства физической реабилитации	4 2	52	6	2	14	2				20	4	22	4 8
Раздел 3. Двигательная активность, фитнес и велнес	3 8	47	6		12	2				18	4	20	4 3
КСРИФ	2	2								2	2		
КОНТРОЛЬ	3 6	9											
Итого	1 4 4	1 4 4	16	4	32	6				50	14	58	1 2 1

Тематика разделов дисциплины

Раздел 1. Организационно-методические основы реабилитации.

Тема 1. Введение. Понятие, сущность, виды, показания и противопоказания к реабилитации. Профилактика.

Тема 2. МКФ.

Тема 3. Этапы реабилитации. Реабилитационный процесс.

Раздел 2. Средства физической реабилитации

Тема 1. Физические упражнения

Тема 2. Технологии физиотерапии

Тема 3. Естественные лечебные факторы.

Раздел 3. Двигательная активность, фитнес и велнес

Тема 1. Прнятие, классификация Двигательной активности. Рекомендации по двигательной активности.

Тема 2. Фитнес. Фитнес-здоровье.

Тема 3. Велнес. Велнес компонент физической реабилитации

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа, групповых или индивидуальных консультаций

Промежуточная аттестация проходит в форме экзамена.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Предусмотрены следующие виды самостоятельной работы студентов:

- самостоятельное изучение литературы (учебников, справочных материалов, специальных источников, монографий, статей из периодических изданий и т.п.), необходимой для освоения теоретических вопросов, подготовки к текущему контролю. Вопросы для самостоятельной работы могут быть включенные в планы лекций, семинарских занятий, так и вынесенные целиком на самостоятельное изучение студента;
- подготовка рефератов, конспектов ответов на вопросы для семинарских занятий;
- выполнение письменных заданий, включая тестовые задания;
- решение задач;

Текущий контроль самостоятельной работы студентов проводится в форме устного опроса; оценки рефератов, письменных заданий/задач задач и тестового контроля.

Контрольные вопросы и задания/задачи для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведены в п. 5.2.

5. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине, включающий:

5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	Не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько незначительных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без недочетов.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

	обучающего я от ответа	ошибки.	недочетами				
--	---------------------------	---------	------------	--	--	--	--

Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	Превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
	Отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	Очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
	Хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	Удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	Неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	Плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения.

5.2.1 Контрольные вопросы

1. Понятие реабилитации. Потребность населения в реабилитации. ОПК 8, 9, 10
2. Холистический подход к здоровью человека. Факторы, влияющие на здоровье. Концепции индивидуального и общественного здоровья и последствий болезни. Международная классификация функционирования (МКФ). Понятие качества жизни. Методы его оценки. ОПК 8, 9

3. Виды реабилитации. Общие задачи и принципы реабилитации. Общие показания и противопоказания к проведению реабилитации. Этапы реабилитации и их характеристика. ОПК 8, 9
4. Понятие, принципы и средства физической реабилитации. ОПК 8, 9, 10
5. Понятие и компоненты реабилитационного процесса. Реабилитационный потенциал и прогноз. ОПК 8, 9
6. Оценка эффективности реабилитационных воздействий и степени восстановления. ОПК 8, 9
7. Классификация и характеристика физических упражнений, применяемых в физической реабилитации. ОПК 9, 10
8. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений. Механизмы лечебно-профилактического действия физических упражнений. ОПК 9, 10
9. Принципы дозирования физических упражнений. Лечебные, тонизирующие и тренирующие дозировки нагрузок. ОПК 9, 10
10. Основные виды гимнастических упражнений, используемых в физической реабилитации. ОПК 9, 10
11. Спортивно-прикладные упражнения и игры, применяемые в физической реабилитации. ОПК 9, 10
12. Режимы двигательной активности и их характеристика. ОПК 9, 10
13. Применение лечения положением, тракционной терапии, механотерапии, эрготерапии в физической реабилитации. ОПК 9, 10
14. Понятие, виды и преимущества использования лечебных физических факторов. Механизм действие лечебных физических факторов. ОПК 8, 9
15. Понятие, виды и общая характеристика физиотерапии. ОПК 8, 9
16. Электролечение. Виды, лечебные эффекты. ОПК 8, 9
17. Светолечение. Виды, лечебные эффекты. ОПК 8, 9
18. Гидротерапия. Теплолечение. Ультразвуковая терапия. ОПК 8, 9
19. Концепция «физической активности» (ФА). Домены физической активности. ОПК 8, 9, 10
20. Энергетическая стоимость физической активности (ФА). Общий объём ФА. Критерии объёма ФА. ОПК 9, 10
21. Общий объём, абсолютная и относительная интенсивность физической активности (ФА). Субъективные методы оценки интенсивности нагрузки. ОПК 9, 10
22. ФА как детерминант здоровья. Оздоровительная ФА. Положительные эффекты, связанные с регулярной ФА. ОПК 9, 10
23. Дозовая зависимость между уровнем ФА и пользой для здоровья (зависимость доза-ответная реакция, дозозависимый эффект). ОПК 9, 10
24. Глобальные рекомендации по ФА для здоровья (ВОЗ, 2010). ОПК- 9, 10
25. Концепция «фитнеса». Понятие и компоненты физического фитнеса. Составляющие оздоровительного фитнеса (фитнес-здоровья). Составляющие двигательного фитнеса и метаболического фитнеса. ОПК 9, 10
26. Понятие велнеса. Ключевые положения концепции велнеса. Велнес континуум. Компоненты велнеса. Профилактическое и реабилитационное направление велнес. ОПК 8, 9, 10
27. Методы исследования и оценки уровня велнеса человека. Перцептуальные и психологические индикаторы велнеса. Клинические и физиологические индикаторы. Средства скрининга. ОПК 9, 10
28. Модели изменения поведения в сфере здоровья. Велнес коучинг и консалтинг. Алгоритм велнес программ. ОПК 9, 10

5.2.2. Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции ОПК 8, 9

1. Больной Д., 46 лет. Жалуется на боль и ограничение подвижности в мелких суставах кисти и лучезапястных суставах. Считает себя больным на протяжении 8 лет. Периодически лечился амбулаторно и стационарно. Клинический диагноз: Ревматоидный артрит. Полиартрит. Подострое течение, акт I ст. ФНС 2 ст.

Задание:

- Показана ли данному больному ФР? Обоснуйте.
2. Женщина 47 лет, рост 179 см, масса тела 76 кг. Состояние здоровья удовлетворительное. Работает бухгалтером.

- Оцените статус питания данного человека.
 - Дайте рекомендации по оптимизации двигательной активности.
3. Больная 57 лет. DS: Деформирующий остеоартроз коленных суставов, II стадия, подострый период. Жалуется на ноющие боли в коленных суставах, которые возникают при ходьбе и ночью. Подобные жалобы отмечает в течение последних 10 лет. Ухудшение связывает с переохлаждением и переменой погоды. Неоднократно лечилась амбулаторно и в стационаре. Объективно: состояние удовлетворительное, температура тела - 36,5°, рост 152 см, вес 93 кг, коленные суставы справа и слева утолщены, наблюдается их варусная деформация, небольшая отечность, кожа над суставами обычной окраски. При пассивных движениях определяется хруст, уменьшение объема движений и умеренная болезненность.

Задание

- Какие категории жизнедеятельности ограничены у данного больного?
 - Подберите средства ФР.
4. Больной И., 64г. находился на лечении с диагнозом мелкоочаговый инфаркт миокарда, после стационара отправлен на долечивание в кардиологический санаторий.

Задание

- На каком этапе реабилитации находится пациент? Задачи этого этапа.
- Какие виды медицинской реабилитации показаны данному больному?
- Какое санаторно-курортное лечение показано данному больному?

5.2.3. Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции ОПК 10

1. Ребёнок 12 лет с правосторонней гемипаретической формой ДЦП.

Задание

- Прдемонстрируйте 3 статических и динамических физических упражнения, которые показаны данному пациенту.

2. Пациент 28 лет с артрозом локтевого сустава.

Задание.

- Прдемонстрируйте специальные физические упражнения для разработки локтевого сустава.

3. Больная А., 30 лет. Диагноз: левосторонняя плевропневмония. Поступила в стационар 3 дня назад с жалобами на боли в грудной клетке, усиливающиеся при дыхании, кашель с небольшим количеством мокроты слизисто-гнойного характера, потливость, субфебрильную температуру.

Задания

- Показана ли больной ЛФК?
- С какого дня следует начинать ЛФК?
- Какие средства, формы и методы физической реабилитации следует использовать?
- Определить продолжительность занятий ЛФК в течение дня.

5.2.4. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции ОПК 8, 9

1. Термин «реабилитация» означает

- А. выздоровление больного.
- Б. предотвращение инвалидности.

- В. профилактику заболеваний и травм.
 - Г. восстановление способности.
2. Определителем активности и участие индивида по классификации МКФ может быть
- А. трудоспособность.
 - Б. реализация и потенциальная возможность.
 - В. отсутствие ограничений жизнедеятельности.
 - Г. отсутствие стигмы.
3. Физический аспект реабилитации направлен на
- А. оказание протезно-ортопедической помощи.
 - Б. повышение физической работоспособности.
 - В. трудовое обучение и переквалификацию.
 - Г. социальное обеспечение.
4. Общим противопоказанием к проведению реабилитации является
- А. снижение способности к обучению.
 - Б. нарушение социальных отношений.
 - В. нарушение трудовых отношений.
- Г. декомпенсированные соматические заболевания.
5. При проведении соматоскопии оценивают:
- А. массу и длину тела, толщину подкожной жировой клетчатки, силу мышц.
 - Б. тип телосложения, окружности шеи, грудной клетки, талии, ЖЕЛ, силу мышц кисти и спины.
 - В. рост, вес тела, диаметр плеча, грудной клетки, таза, подвижность в суставах, осанку позвоночника.
 - Г. рельеф и силу мускулатуры, форму грудной клетки, спины и позвоночника, формы ног, подвижность в суставах.
 - Д. состояние кожи, степень развития мышц и жировой ткани, осанку, формы грудной клетки, спины, позвоночника, формы ног, состояние свода стопы, тип телосложения.
6. Повышение частоты пульса более 90 ударов в минуту называется
- А. тахикардия.
 - Б. брадикардия.
 - В. аритмия.
 - Г. гипертензия.
7. Пульс определяется с помощью:
- А. перкуссии.
 - Б. спирографии.
 - Г. пальпации.
 - Д. анамнеза.
 - Е. спироанализа.

5.2.5. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции ОПК 10

1. К спортивно-прикладным физическим упражнениям относят
- А. терренкур.
 - Б. дыхательные упражнения.
 - В. упражнения на координацию движений.
 - Г. висы и упоры.
 - Д. верно В, Г.
2. Статические физические упражнения
- А. направлены на снижение мышечного тонуса.
 - Б. выполняются с амплитудой, меньшей, чем подвижность в суставе.
 - В. используются для улучшения координации движений.
 - Г. выполняются при отсутствии движений в суставе.
 - Д. верно В, Г.
3. К статическим дыхательным упражнениям относятся

- А. упражнения, вовлекающие в дыхательные движения мышцы плечевого пояса.
- Б. упражнения, изменяющие тип дыхания.
- В. упражнения с дозированным сопротивлением.
- Г. верно всё вышеперечисленное.
- Д. верно Б и В.
- Е. верно А и В.

5.2.6. Темы рефератов

1. Оценка мобильности/способности ходить в практике физической реабилитации. (ОПК- 8, 9, 10)
2. Оценка толерантности к физической нагрузке в практике физической реабилитации. (ОПК- 10)
3. Оценка психоэмоционального состояния пациентов в практике физической реабилитации. (ОПК- 8, 9, 10)
4. Активные средства физической реабилитации. (ОПК- 8, 9, 10)
5. Пассивные средства физической реабилитации. (ОПК- 8, 9)
6. Психорегулирующие средства физической реабилитации. (ОПК- 8, 9)
7. Международная классификация нарушений, ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности. (ОПК- 8, 9)
8. Качество жизни, связанное со здоровьем –интегративный показатель эффективности физической реабилитации. (ОПК- 8, 9)
9. Этапы реабилитационного процесса. (ОПК- 8, 9)
10. Реабилитационный потенциал: понятие, компоненты, оценка. (ОПК- 8, 9)
11. Принципы дозирования физической нагрузки в практике физической реабилитации. (ОПК- 10)
12. Основные группы физических упражнений, применяемые в практике физической реабилитации. (10)
13. Механотерапия в практике физической реабилитации. (10)
14. Оккупационная терапия в практике физической реабилитации. (ОПК- 8, 9, 10)
15. Тракционное лечение в практике физической реабилитации. (ОПК- 8, 9, 10)
16. Гидрокинезотерапия в практике физической реабилитации. (ОПК- 8, 9)
17. Понятие, виды и общая характеристика физиотерапии. (ОПК- 9)
18. Лечебное применение оптического излучения (светолечение, фотолечение). (ОПК- 9)
19. Технологии велнес: понятие, принципы, философия, оборудование. (ОПК- 9)
20. Постизометрическая релаксация. Сущность метода, механизм лечебного действия. Показания. (ОПК- 10)
21. Проприоцептивное нейромышечное протонирование (облегчение, фасилитация) – метод Кобата (PNF, ПНФ). Теоретическая основа метода. Методические приёмы. (ОПК- 9)
22. Метод Бобат (нейроразвивающая терапия, нейрофизиотерапия): принципы и содержание метода. (ОПК- 9)
23. Войта терапия (метод рефлекс-локомоции): теоретическая основа и содержание метода. (ОПК- 9)
24. Пилатес: понятие, преимущества, основные принципы. (ОПК- 9)
25. Пародоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой: сущность метода, влияние на организм, показания и противопоказания. (ОПК- 9)
26. Дыхательная гимнастика К.П. Бутейко: сущность метода, влияние на организм, показания ОПК- 9.
27. Пуллитерапия и суспензионная терапия. (ОПК- 9)
28. Вакуумная терапия: механизм действия, лечебные эффекты, методики, показания и противопоказания. (ОПК- 9)

5.2.7. Вопросы для семинаров, собеседования

Вопросы для оценки компетенции «ОПК-8, 9»

1. Дайте понятие физической реабилитации?
2. В чём состоит цель реабилитации?
3. Какие аспекты включает реабилитация?
4. Каковы общие задачи реабилитации?
5. Каковы основные принципы реабилитации?
6. Дайте понятие повреждения, нарушения жизнедеятельности и социальной недостаточности.
7. Опишите структуру МКФ.
8. Чем реализация как определитель активности и участия индивида отличается от потенциальной способности?
9. Какие этапы выделяют в реабилитационном процессе?
10. Назовите основные средства физической реабилитации.
11. Назовите принципы применения физических упражнений в процессе лечебно-восстановительного процесса.
12. Какие мероприятия включает оценка статуса реабилитируемого?
13. В чём состоит реабилитационный потенциал пациента? Каковы его составляющие?
14. Как составляющие реабилитационного потенциала соотносятся с составляющими МКФ?
15. От каких факторов зависит реабилитационный прогноз пациента?
16. В чём заключается индивидуальная программа реабилитации инвалида или больного?
17. Назовите основные и дополнительные средства физической реабилитации.
18. Какие физические факторы относятся к преформированным факторам?
19. В чём состоят преимущества лечебных физических факторов?
20. В каких методах электролечения используется постоянный электрический ток?
21. Каковы лечебные эффекты УВЧ терапии?
22. В чём состоит механизм воздействия оптического излучения на биоткани?
23. Какие биологические эффекты оказывает УФ-С?
24. Какие эффекты на организм оказывает ультразвук?
25. Какие водные процедуры используются в гидротерапии?
26. Как классифицируются ванны, применяемые в гидротерапии?
27. В чём состоит холистический подход к здоровью человека. Назовите факторы, влияющие на здоровье.

Вопросы для оценки компетенции «ОПК-10»

1. В чём состоит сущность метода биологической обратной связи, используемая в ФР?
 2. Каковы способы проведения ЛФК?
 3. Каковы основные виды физических упражнений?
 4. В чём заключается механизм лечебно-профилактического действия физических упражнений?
 5. Как классифицируются дыхательные упражнения?
 6. Какие виды двигательных режимов существуют в санаторно-курортных условиях?
 7. По каким принципам построены аппараты для механотерапии?
 8. Чем трудотерапия отличается от оккупационной терапии?
 9. Для каких целей применяется тракционное лечение?
 10. В чём заключается дозозависимый эффект физической активности?
 11. Какие типы физических упражнений применяются для повышения кардиореспираторной выносливости человека?
 12. Какие типы физических упражнений применяются для повышения гибкости?
 13. Какие типы физических упражнений применяются для повышения силовых способностей человека?
- Какие типы физических упражнений применяются для снижения массы тела?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а. Основная литература:

1. "Физическая и реабилитационная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство / Под ред. Г. Н. Пономаренко - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - (Серия "Национальные руководства")." - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436066.html>
2. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / Э.Н. Вайнер. - М. : КНОРУС, 2015. - (Бакалавриат). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406038109.html>
3. Реабилитация детей и подростков при различных заболеваниях [Электронный ресурс] / Под общей редакцией Т.Г. Авдеевой - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/06-COS-2384>.

Б. Дополнительная литература:

4. Физическая реабилитация: учебник для вузов / под общ. ред. проф. С.Н. Попова. – Ростов Н/Д: Изд-во Феникс, 2008. – 608 с. –(Высшее образование).
5. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426456.html>
6. Кинезотерапия. Культура двигательной активности [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова - М. : КНОРУС, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406002315.html>
7. Медицинская реабилитация [Электронный ресурс] / Епифанов А. В., Ачкасов Е. Е., Епифанов В. А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970432488.html>
8. Медицинская реабилитация [Электронный ресурс] : учебник / Г. Н. Пономаренко - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970431344.html>
9. Основы реабилитологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ибатов А.Д., Пушкина С.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970403990.html>
10. Восстановительная медицина [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В.А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426371.html>
11. Развитие движения при различных формах ДЦП [Электронный ресурс] / Л. М. Зельдин. - 3-е изд. (эл.). - М. : Теревинф, 2015. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785421203049.html>
12. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. – М.: Советский спорт, 2011. – 576 с.

В. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Электронные библиотеки (Znaniium.com, «ЭБС консультант студента», «Лань» Университетская библиотека Online и др.)
2. Научная российская электронная библиотека elibrary.ru
3. Научноёмкие базы данных Scopus, Web of Science, BioMed Central
4. Периодика онлайн (Elsevier, Nature, Springer, Wiley online library, УИРС Россия)
5. DOAJ-Direktory of Open Access Journals
6. HighWirePress
7. PLOS-Publik Library of Science

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой. Кабинет функциональной диагностики: динамометры, ростомер, медицинские весы, велоэргометры, беговая дорожка. Методический кабинет: учебно-методические пособия, компьютеры с выходом в Интернет, проектор, экран.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ВО ННГУ по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Автор (ы) Зверев Ю. П.

Рецензент (ы) _____

Заведующий кафедрой Курникова М.В.