

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Кузбасский педагогический колледж»
(ГАПОУ КузПК)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ОП.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»

Кемерово, 2022

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.01 «Основы врачебного контроля, лечебной физкультуры и массажа» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) **49.02.01 Физическая культура**, входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик:

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Кузбасский педагогический колледж»

Разработчики:

Бачинин Максим Николаевич, преподаватель ГАПОУ КузПК

ОДОБРЕНА

на заседании объединения преподавателей образовательных программ специальностей ПНК и КПНО

Протокол № 1 от «06» сентября 2022г.

Руководитель ОПОП специальностей
КПНО и ПНК

 /Рубцова Т.Ю.

Зам. директора по УР

 /Сандракова И.В.

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» является обязательной частью профессионального учебного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по профессии (специальности).

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК.1, ОК.2, ОК.3, ОК.4, ОК.5, ОК.6, ОК.7, ОК.8, ОК.9, ОК.10, ОК.12; ПК.1.1, ПК.1.2, ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.1.5., ПК.2.1, П.К.2.2, ПК.2.3, ПК.2.4, ПК.2.5, ПК.2.6, ПК.3.1, ПК.3.2, ПК.3.3, ПК.3.4.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.1, ОК.2, ОК.3, ОК.4, ОК.5, ОК.6, ОК.7, ОК.8, ОК.9, ОК.10, ОК.12; ПК.1.1, ПК.1.2, ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.1.5., ПК.2.1, П.К.2.2, ПК.2.3, ПК.2.4, ПК.2.5, ПК.2.6, ПК.3.1, ПК.3.2, ПК.3.3, ПК.3.4	<ul style="list-style-type: none"> - понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. - ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно 	<ul style="list-style-type: none"> - сущности и социальной значимости своей будущей профессии - методов решения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества - рисков и способов принятия решений в нестандартных ситуациях. - информацию, необходимую для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - способы и методы мотивации обучающихся - задачи профессионального и личностного развития

	<p>планировать повышение квалификации.</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. - определять цели и задачи, планировать учебные занятия. - проводить учебные занятия по физической культуре. - осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения. - анализировать учебные занятия. - вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре. - определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия. - проводить внеурочные мероприятия и занятия. - мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности. - осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализировать внеурочные мероприятия и занятия. - вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности. - выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. - оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. - участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания. 	<ul style="list-style-type: none"> - профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - меры профилактики травматизма - базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности - технологии проведения учебных занятий по физической культуре - документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре - образовательный стандарт и примерные программы с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - опыт и образовательные технологии в области физической культуры
--	---	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	117
в т.ч. в форме практической подготовки	
в т. ч.:	
теоретическое обучение	30
практические занятия	48
<i>Самостоятельная работа</i>	39
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем, акад. ч /, в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2		3	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля			18	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала:			ОК.1, 2, 4, 6, 8, 9, 10, 12 ПК.1.1, 1.3, 1.4, 2.4, 2.5, 2.6, 3.1, 3.2
Врачебный контроль и врачебно-педагогические наблюдения	1	Цель, задачи и содержание врачебного контроля лиц, занимающихся физической культурой.	4	
	2	Врачебно-педагогические наблюдения в процессе физкультурных и спортивных занятий. Самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом.		
	Практические занятия		8	
	1	Медицинское обследование. Распределение учащихся на медицинские группы. Диспансерное наблюдение за спортсменами.		
	2	Простейшие функциональные пробы, их назначение и методика проведения. Основные методы исследования функций дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной системы.		
	3	Физиологическая кривая на уроках физической культуры, визуальные признаки утомления.		
	4	Обсуждение результатов врачебно-педагогического наблюдения за лицами, занимающимися физической культурой и спортом с медицинским работником.		
	Самостоятельная работа обучающихся:		6	
- подготовка реферата: «Цели, задачи и содержание врачебного контроля лиц, занимающихся физической культурой»; - подготовка презентации: «Назначение и методика проведения простейших функциональных проб».				

Раздел 2. Основы лечебной физической культуры (ЛФК)		16		
Тема 2.1. Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм и механизмы лечебного воздействия физических упражнений	Содержание учебного материала:		2	
	1	Основы лечебной физической культуры. Значение лечебной физической культуры в комплексном лечении заболеваний и травм. Показания и противопоказания при назначении ЛФК.		
	Практические занятия		2	
	1	Механизмы лечебного воздействия физических упражнений: стимулирующего, трофического действия, компенсации нарушенных функций, образования временных компенсаций.		
Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка реферата: «Краткие исторические сведения о ЛФК»; - подготовка презентации: «Механизм действия ЛФК».		6	ОК.2, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4	
Тема 2.2. Средства, формы и методы занятий ЛФК	Содержание учебного материала:			2
	1	Средства лечебной физкультуры. Классификация физических упражнений в ЛФК.		
	Практические занятия			4
	1	Формы и методы занятий ЛФК в различных двигательных режимах. Методические правила проведения занятий ЛФК. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК.		
2	Контроль за переносимостью процедур ЛФК. Измерение артериального давления, пульса, определение частоты дыхания. Физиологическая кривая на занятиях ЛФК. Визуальные признаки утомления.			
Раздел 3. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях		53		
Тема 3.1 ЛФК при травмах	Содержание учебного материала:		2	
	1	Травматизм, и его профилактика. Определение и классификация травм. Задачи и общие принципы ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах.		
			ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4	

	Практические занятия		4	
	1	Методики ЛФК при переломах костей плечевого пояса, позвоночника, костей таза.		
	2	Составление и проведение комплексов ЛФК при повреждениях сухожилий. Составление и проведение комплексов ЛФК при повреждениях костей и суставов.		
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка сообщения: «Профилактика травматизма на занятиях физкультурой»		3	
Тема 3.2 ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы	Содержание учебного материала:		2	ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	1	Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Методика занятий ЛФК. Составление и проведение комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания.		
	Практические занятия:		6	
	1	Краткая характеристика заболеваний органов пищеварительной системы, методика занятий ЛФК. Составление и проведение комплексов ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.		
	2	Методика занятий ЛФК при заболеваниях органов сердечно - сосудистой системы. Составление и проведение комплексов ЛФК при заболеваниях сердечно – сосудистой системы.		
	3	Физическое воспитание детей после перенесенных заболеваний.		
	Самостоятельная работа обучающихся: - создание презентации: «Заболевания, наиболее часто встречающиеся в клинической практике спортивной медицины».		3	
Тема 3.3 ЛФК при заболеваниях нервной системы	Содержание учебного материала:		2	ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	1	Основы анатомии нервной системы. Роль нервной системы в жизнедеятельности организма. Характеристика двигательных и чувствительных нарушений при травмах и заболеваниях нервной системы.		
	Практические занятия:			

	1	Методика ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга и периферических нервов.	2	
	Контрольная работа		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка реферата «ЛФК при сосудистых заболеваниях головного мозга».		3	
Тема 3.4 ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	Содержание учебного материала:		2	ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	1	Строение и значение опорно – двигательного аппарата. Возрастные особенности развития скелета и их учет в обучении и воспитании школьников. Причины нарушений опорно – двигательного аппарата. Характеристика нарушений осанки. Сколиоз: этиология, формы, степени, диагностика.		
	Практические занятия		4	
	1	Методики разгрузки позвоночника, методики коррекции позвоночника: активные и пассивные. Занятия корректирующей гимнастикой.		
	2	Составление и проведение комплексов ЛФК при нарушениях осанки. Составление и проведение комплексов ЛФК при плоскостопии		
	Самостоятельная работа обучающихся: - подготовка презентации: «Плоскостопие. ЛФК при плоскостопии». - подготовка и проведение комплексов ЛФК при нарушениях осанки у детей.		6	
Тема 3.5 Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья	Содержание учебного материала:		4	ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	1	Организация медицинских групп на уроках физкультуры в школе. Выбор упражнений, дозирование нагрузок.		
	2	Особенности занятий при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья школьников.		
	Практические занятия		2	

школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе	1	Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста.		
	Самостоятельная работа: - подготовка и проведение комплексов физических упражнений для школьников с отклонением в состоянии здоровья; - подготовка реферата «Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников».		6	
Раздел 4. Основы массажа			30	ОК.2, 3, 4, 5, 6,7 ПК.1.1, 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4
Тема 4.1. Массаж. Краткая история возникновения и развития. Показания и противопоказания к назначению.	Содержание учебного материала:		4	
	1	Понятие о массаже. Краткий очерк развития массажа.		
	2	Классификация видов массажа. Самомассаж. Время, отводимое на массаж отдельных частей тела.		
	Практические занятия:		4	
	1	Физиологические механизмы влияния массажа на организм. Абсолютные и временные противопоказания к проведению массажа.		
	2	Овладение навыками массажа и самомассажа при повреждениях и заболеваниях.		
Самостоятельная работа: - подготовка презентации: «История развития массажа».		3		
Тема 4.2. Основные приемы массажа	Содержание учебного материала:		2	
	1	Особенности методики массажа и самомассажа для повышения тренированности, совершенствования физических качеств, сохранения спортивной формы.		
	Практические занятия:		12	
	1	Овладение навыками массажа и самомассажа при повреждениях и заболеваниях.		
	2	Выполнение приемов классического массажа Овладение техникой выполнения плоскостного и обхватывающего растирания.		
3	Выполнение приемов классического массажа			

		Овладение техникой выполнения плоскостного и обхватывающего растирания.		
	4	Выполнение приемов классического массажа. Овладение техникой выполнения вибрационных приемов (потряхивание, встряхивание, сотрясение).		
	5	Выполнение приемов классического массажа Овладение техникой выполнения ударных приемов (рубление, поколачивание, похлопывание).		
	6	Выполнение приемов классического массажа отдельных частей тела. Выполнение приемов самомассажа отдельных частей тела.		
	Самостоятельная работа обучающегося: - подготовка презентаций: «Приемы массажа для спортсменов различной специализации».		3	
Промежуточная аттестация			2	
Всего:			117	

По каждой теме описывается содержание учебного материала (в дидактических единицах), наименования необходимых лабораторных работ, практических и иных занятий, в том числе контрольных работ, а также тематика самостоятельной работы в случае, если в учебном плане п.5 выделен этот вид работ, если самостоятельная работа не выделяется на уровне примерной программы, то и тематика самостоятельных работ не указывается. Если предусмотрены курсовые проекты (работы) по дисциплине, приводится их тематика. Объем часов определяется по каждой позиции столбца 3 (отмечено звездочкой).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинеты «лечебной физической культуры и врачебного контроля»;», «массажа», оснащенные оборудованием: рабочие места для обучающихся, рабочее место преподавателя, учебная доска; учебно-методический комплекс по дисциплине, комплект учебно-методической литературы, наглядные пособия (таблицы, структурно-логические схемы, учебные плакаты, иллюстративный материал), массажный стол; техническими средствами обучения мультимедийное оборудование (экран, мультимедийный проектор, ноутбук).

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2019. - 336 с.

2. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура [Текст]: учебник/ С.Н. Попов.-М.: Издательский центр «Академия», 2019. - 416 с.

3.2.2. Дополнительная

Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура [Текст]: учебник/ В.И.Дубровский.-М.: Владос,2018

3.2.3 Основные электронные издания

1. Медицинский информационный сайт [Электронный ресурс]./www.medicinform.net - Режим доступа: [http:// www.medicinform.net](http://www.medicinform.net)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты	Наблюдение за деятельностью обучающихся и оценка результатов выполнения практических работ Оценка результатов выполнения самостоятельных работ
проводить простейшие функциональные пробы	Наблюдение за деятельностью обучающихся и оценка результатов выполнения практических работ Оценка результатов выполнения самостоятельных работ
под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);	Наблюдение за деятельностью обучающихся и оценка результатов выполнения практических работ Оценка результатов выполнения самостоятельных работ
использовать основные приёмы массажа и самомассажа.	Наблюдение за деятельностью обучающихся и оценка результатов выполнения практических работ Оценка результатов выполнения самостоятельных работ
Знать:	
цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
назначение и методику проведения простейших функциональных проб	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ;

	- анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
назначение и методику проведения простейших функциональных проб	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесённых к	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль;

специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе	- оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
понятие о массаже	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
физиологические механизмы влияния массажа на организм;	- текущий устный и письменный тематический контроль; - текущий тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ;
основные виды и приёмы массажа	- текущий устный и письменный тематический контроль; - тестовый тематический контроль; - оценка выполнения практических работ; - анализ и оценка выполнения самостоятельных работ; - зачет;
Практический опыт	- оценка выполнения практических работ