

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СВЕТЛОГРАДСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ СПК
В.Н. Черниговский
«30» июня 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

специальность 49.02.01 Физическая культура

Светлоград, 2023

ОДОБРЕНА:

На заседании ПЦК
естественных и эстетических дисциплин
Протокол № ____ от ____ 2023 г.

Составлена в соответствии с примерной рабочей программой учебной дисциплины «Основы врачебного контроля», рекомендованной ФГБОУ ДПО ИРПО, 2023 г. (протокол №19 от 11 ноября 2022 г.) ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура (утвержден приказом Министерства просвещения РФ 11.11.2022 г. №968).

Председатель ПЦК
 Н.А. Горбатенко

Заместитель директора
по УР  Е.А. Зорина

Составитель:
Калашникова Н.В., преподаватель физического воспитания

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14

1. ОБЩАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины *Основы врачебного контроля, ЛФК и массажа* является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Примерная программа учебной дисциплины может быть использована всеми образовательными учреждениями профессионального образования на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы по данной укрупненной группе специальностей и в области дополнительного педагогического образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

общепрофессиональный цикл

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

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

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

знать:

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

овладеть: общими компетенциями, включающими в себя способность

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
теоретические занятия	40
практические занятия	36
Самостоятельная работа студента (всего)	
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля		
Тема 1.1 Общие основы и содержание врачебного контроля (ВК)	Содержание учебного материала	6
	1 Формы организации врачебного контроля (ВК) Понятие «врачебный контроль». Цель и задачи врачебного контроля. Классификация форм педагогического контроля. Взаимосвязь педагогического и врачебного контроля. Понятие «врачебно-педагогический контроль». Особенности применения ВК и ВПК.	
	2 Врачебный контроль за школьниками отнесенными к специальным медицинским группам Специальная медицинская группа её разделения на подгруппы: с болезнями сердца, верхних дыхательных путей и лёгких, с аномалиями рефракции глаз, с ожирением, с заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Контроль за состоянием здоровья детей отнесённых к специальной медицинской группе.	
	Практические занятия	2
	1 Анализ и наблюдение за материально-техническим оснащением кабинетов врачебного контроля. Отличительные особенности педагогического и врачебного контроля.	
Тема 1.2 Методы исследования, применяемые в врачебном контроле.	Содержание учебного материала	10
	1 Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) Понятие, цель, задачи врачебно-педагогического наблюдения. Методы диагностики в ВПН-сбор и анализ анамнеза жизни и болезни, субъективный осмотр, соматометрические исследования, пульсонометрический контроль, оценка внешних признаков утомления, кардиоинтервалография, эхокардиография (ЭКГ), мобильная лабораторная диагностика, психологические тесты.	

Раздел 2. Лечебная физическая культура (ЛФК)	2	Исследование физического развития Методы исследования физического развития. Методика проведения наружного осмотра, антропометрических и биометрических измерений. Функциональные пробы Характеристика и методика проведения функциональных проб. Оценка состояния сердечно-сосудистой системы- гарвардский степ-тест, ортостатическая проба по Шеллону-густимомента проба, для определения физической работоспособности - 12-ти минутный тест Купера, тест Руфье, тест PWC₁₇₀.		
	Практические занятия		6	
	2	Диагностика соматометрических показателей (рост, вес, индекс Кетля, объем грудной клетки, динамометрия, спирометрия)		
	3	Диагностика биометрических показателей (артериального давления, пульса, ЭКГ)		
	4	Диагностика физической работоспособности - 12-ти минутный тест Купера, тест Руфье, тест PWC ₁₇₀ .		
Раздел 2. Лечебная физическая культура (ЛФК)				
Тема 2.1. Общественная физическая культура (ОФК)	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Краткая история возникновения и развития лечебной физической культуры Истоки возникновения ЛФК в древнее время. Этапы развития ЛФК. Доказательства лечебного действия физических упражнений.		
	2	Общие основы ЛФК Понятие «лечебно-оздоровительной физкультуры». Общая характеристика методов и средств лечебной физкультуры. Классификация средств ЛФК. Двигательные режимы. Критерии допустимости нагрузок ЛФК (80-120 сердечных сокращений). Принципы тренировок в ЛФК: постоянность выполнения упражнений. Режимы двигательной активности в лечебно-профилактических учреждениях. Методические приемы дозирования физических нагрузок по ЧСС и др. Врачебно-педагогический контроль за переносимостью и эффективностью дозировки лечебно-физкультурных комплексов по назначению.		
Практические занятия				
	5	Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений (тонизирующего, трофического действия, формирования компенсации, нормализации функций).	2	

Тема 2.2 Учебная физическая культура при нарушениях осанки и сколиозах у детей и подростков	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Характеристика нарушений осанки. Сколиозы, лордозы, кифозы; этиология, формы, степени, диагностика сколиозов; компенсированные и некомпенсированные сколиозы; прогрессирующие сколиозы; сутулость, кругловогнутая спина, поясничный гиперлордоз, кифосколиоз, изменения во внутренних органах и нервно-мышечной системе при сколиозах.		
	2	Визуальная диагностика (ВД) выявления нарушений осанки Понятие «визуальная диагностика». Этапы ВД. Наружный осмотр. Статические тесты выявления нарушений осанки. Динамические тесты выявления нарушений осанки.		
	3	Содержание и организация двигательного режима детей с нарушением осанки. Методики разгрузки позвоночника. Использование ЛФК и спортивно-прикладных упражнений в лечении сколиозов и предупреждении в нарушении осанки. Методика занятий с детьми со сколиозами, посещающими уроки физкультуры. Принципы методики и организации занятий с детьми имеющих специальную медицинскую группу.		
Тема 2.3 Учебная физическая культура при плоскостопии у детей	Практические занятия		2	
	6	Просмотр и анализ уроков (занятий) ЛФК по нарушению осанки, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия Подбор специальных упражнений для различных видов нарушения осанки.		
	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Характеристика плоскостопия Общие данные о деформации стопы, причинах и механизмах формирования плоскостопия. Методы выявления плоскостопия Механизмы лечебного и профилактического воздействия на стопу. при деформации стопы (плоскостопии, косолапости). Авторские методики коррекции деформации стопы		
	Практические занятия		4	
	7	Просмотр и анализ уроков (занятий) ЛФК по нарушению стопы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия Подбор специальных упражнений для различных нарушений стопы		
	8	Практический показ комплекса ЛФК по плоскостопию		
Тема 2.4 Учебная физическая культура в травматологии	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4.
	1	Общая характеристика травматологии. Понятие травматологии, организация травматологической помощи в России. Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы лечения. Травмати-		

гги.		ческой токсикоз, причины, характеристики травм. Задачи и общие принципы лечебной физкультуры и массажа в лечении травм.		ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	2	Механизмы лечебного и профилактического воздействия при травмах. Переломы костей, классификация, клиника, первая помощь, современные методы лечения переломов костей. Костные методики «лечебной физкультуры при переломах костей плечевого пояса, позвоночника, таза и нижних конечностей. Методика лечебной физкультуры при повреждениях мягких тканей, ожогах, обморожениях, ампутациях конечностей. Методика физического воспитания учащихся, имеющих остаточные явления травм, на уроках физической культуры в школе. Показания и противопоказания ЛФК. Формы реабилитации при травмах		
	Практические занятия		2	
Тема 2.5 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	9	Просмотр и анализ занятий ЛФК при различных видах травм, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия Подбор специальных упражнений для различных видов травм	6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	Содержание учебного материала			
	1	Характеристика заболеваний органов дыхания. Краткая характеристика заболеваний органов дыхания: бронхиты, пневмонии, бронхиальная астма. Хроническая пневмония и бронхиальная астма у детей. Механизм нарушения дыхания при заболеваниях: нарушения кровотока в легком, бронхиальной проводимости, регуляции и механики дыхания. Дыхательная недостаточность, классификация.		
	2	Механизмы лечебного и профилактического воздействия при различных заболеваниях органов дыхания Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания и общие принципы методики лечебной физкультуры и массажа. Методики лечебной физкультуры и массажа при острых и хронических бронхитах и пневмониях, при бронхиальной астме: дыхательные упражнения с акцентом на видах: плавание; произвольная регуляция дыхания (по С.В. Бутейко); методика О.Д. Стрельниковой.		
	Практические занятия		2	
	10	Просмотр и анализ занятий ЛФК при различных заболеваниях дыхательной системы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия. Подбор специальных упражнений для восстановления дыхательной функции		

Тема 2.6 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	1	Письменная контрольная работа по теме: «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания»		
	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы Роль сердечно-сосудистой патологии в заболеваемости, инвалидности и смертности населения. Краткая характеристика основных заболеваний сердца Переносимость физической нагрузки; функциональные классы. Механизмы лечебного и профилактического воздействия при различных заболеваниях органов дыхания.		
	Практические занятия		4	
	11	Просмотр и анализ занятий ЛФК при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия. Подбор специальных упражнений для восстановления сердечно-сосудистой системы		
	12	Практический показ комплекса ЛФК при заболеваниях сердца		
Тема 2.7 Лечебная физическая культура при заболеваниях пищеварительной системы	Содержание учебного материала		6	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Характеристика заболеваний пищеварительной системы Хронические гастриты и колиты (особенно с нарушением моторной функции), гастроптоз и общий энтероптоз, хронические заболевания печени желчевыводящих путей. Нарушения обмена веществ и эндокринные расстройства (ожирение, сахарный диабет, подагра, и др.). Механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях пищеварительной системы.		
	Практические занятия		4	
	13	Просмотр и анализ занятий ЛФК при различных заболеваниях пищеварительной системы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия. Подбор специальных упражнений для восстановления пищеварительной системы		
	14	Практический показ комплекса ЛФК при заболеваниях пищеварительного тракта		
	Содержание учебного материала		8	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9.
Тема 2.8 Лечебная физическая культура при заболеваниях	1	Характеристика заболеваний нервной системы Нарушения двигательной функции после повреждения позвоночника со сдавлением или нарушением целостности спинного мозга, а также после повреждения головного мозга и периферических нервов.		

нервной системы		Механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях нервной системы. Лечебная физкультура и массаж при различных заболеваниях нервной системы.		ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	Практические занятия			
	15	Просмотр и анализ занятий ЛФК при различных заболеваниях нервной системы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия.	6	
	16	Подбор специальных упражнений для восстановления нервной системы		
	17	Практический показ комплекса ЛФК при нервных заболеваниях		
Раздел 3. Массаж				
Тема 3.1. Введение. Общие основы массажа	Содержание учебного материала			
	1	Краткая история возникновения и развития массажа Понятие «массаж». История возникновения массажа. Оборудование массажного кабинета. Показания и противопоказания к применению массажа. Основные требования для правильного выполнения массажа.	10	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ОК 08. ОК 09. ПК1.1. ПК1.4. ПК1.6. ПК1.9. ПК2.1. ПК2.2. ПК3.1. ПК3.4.
	1	Основные приемы классического массажа и механизм их действия Характеристика основных приемов массажа и способов их выполнения. Поглаживание, растирание, разминание, вибрации похлопывание, поколачивание, пиление, пересекание, вибрации, выжимание.		
	1	Основные виды массажа, назначение и техника выполнения Основные виды массажа: классический, лечебный, спортивный, сегментарно-рефлекторный, гигиенический, профилактический (превентивный), самомассаж, косметический, реанимационный, детский, аппаратный, баночный, гинекологический, урологический, перкуссионный, периостальный, холодовой (криомассаж). Техника выполнения непрямого массажа сердца		
	2	Методы и формы массажа Методы массажа: аппаратный, ручной, комбинированный. Формы массажа: общий, частный, самомассаж		
	Практические занятия		2	
	18	Анализ и наблюдение за организацией работы кабинетов массажа		
	Всего:		78	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета лечебной физической культуры и врачебного контроля, массажа.

Оборудование учебного кабинета: столы, стулья, доска, таблицы, муляжи, массажный стол и универсального спортивного зала с комплектом гимнастического оборудования.

Набор спортивного инвентаря (гимнастические палки, гимнастические стенки, скамейки, набивные мячи, скакалки, обручи, гантели, фитбол мячи, гимнастические маты), тренажерные устройства, музыкальный центр, пианино.

Технические средства обучения: ноутбук, мультимедийный проектор, телевизор, видеомаягнитофон, компакт диски, видеокассеты и другие носители информации.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Рубанович В.Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. 3-е изд., испр.и доп. Учебное пособие, М.: Академия, 2018

Дополнительные источники:

1. Дубровский В.И. Лечебный массаж. - Учебник для средних и высших учебных заведений. М., «Владос», 2005.

2. Епифанов В.А. Лечебная физкультура. Учебное пособие. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006

Интернет ресурсы:

1. Медицинская информационная сеть. <http://www.medicinform.net/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий, тестирования.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:	<i>Беседа, опрос, тестирование, коллоквиум</i>
взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений об-суждать их результаты;	Беседа
проводить простейшие функциональные пробы;	Тестирование
под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия ле-чебной физической культурой (ЛФК);	Практическое
использовать основные приемы массажа и самомасса-жа.	Практическое
В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:	<i>Беседа, опрос, тестирование, коллоквиум</i>
цели, задачи и содержание врачебного контроля за ли-цами, занимающимися физической культурой;	Опрос
назначение и методику проведения простейших функ-циональных проб;	Тестирование
значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, меха-низмы лечебного воздействия физических упражнений;	Практическое
средства, формы и методы занятий ЛФК, классифи-кацию физических упражнений в ЛФК;	Практическое
дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;	Практическое
показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;	Беседа
основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях ор-ганов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформа-циях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;	Практическое
методические особенности проведения занятий по ле-чебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;	Практическое
особенности коррекции нарушений в физическом раз-витии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;	Практическое
понятие о массаже, физиологические механизмы влия-ния массажа на организм;	Тестирование
основные виды и приемы массажа.	Практическое