

Министерство образования и науки Республики Дагестан Государственное  
бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Дагестан  
«Кизлярский профессионально-педагогический колледж»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Код и наименование специальности 49.02.01 Физическая культура  
входящей в состав УГС 49.00.00 Физическая культура и спорт

Квалификация выпускника: учитель физической культуры

2022 г.

ОДОБРЕНА

предметно- цикловой комиссией  
профессиональных дисциплин по  
педагогическим специальностям

Председатель П(Ц)К



Е.О. Убайдуллаева

30.08. 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

зам. директора по учебной работе



И.Шелкова

2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП. 06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 N 1355 (ред. от 13.07.2021) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2014 N 34956) и примерной программой, рекомендованной ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования».

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Дагестан «Кизлярский профессионально-педагогический колледж»»

Разработчик:

- Омарова Заидрина Гейбуллаевна, преподаватель ГБПОУ РД «КППК»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	13
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

## **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является основной профессиональной образовательной программой в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура

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

– дисциплина «Основы врачебного контроля» входит в общепрофессиональный цикл дисциплин.

## **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;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности

## **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **153** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **102** часов;

самостоятельной работы обучающегося **51** часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>153</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>102</b>
в том числе:	
лабораторные работы	12
лекции	90
контрольные работы	
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>51</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- составление таблицы: «Формы работы по врачебному контролю» ... -</li> <li>заполнение формы записи данных общего, медицинского и спортивного анамнеза;</li> <li>- разработка схемы «Физическое развитие и его оценка»;..... -</li> <li>разработка схемы «Состояние здоровья и его оценка»;</li> <li>- подготовка реферата на тему: «Функциональные пробы» .</li> <li>Написание реферата «Причины изменяющие артериальное давление»</li> <li>«Режим ходьбы, его значение»</li> <li>«Врачебный контроль за занимающимися лицами старших возрастов, при занятиях оздоровительной физической культурой». ....</li> <li>Составление дневника для самоконтроля- составление ситуационных задач на тему: «Оказание первой медицинской помощи при повреждениях опорно-двигательного аппарата и их признаки».</li> <li>- подготовка сообщения на тему: «Сроки возобновления спортивных занятий после травм ОДА».</li> </ul>	
<i>Итоговая аттестация в форме диф. экзамен</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

Наименование разделов и тем		Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1		2	3	4
<b>Раздел 1. Изучение методики применения лечебной физической культуры и массажа.</b>				
<b>Тема 1.1. История развития и общие основы физической культуры</b>		<b>Содержание</b>	20	
	1.	Краткий исторический очерк лечебной физической культуры. Клинико-физиологическое обоснование лечебной деятельности.		2
	2.	Методы функциональной и патогенической терапии.	2	
	3.	Клинико-физиологическое обоснование лечебного и реабилитационного действия физических упражнений	2	
	4.	Понятие о лечебной физической культуре, особенности лечебной физической культуры по сравнению с другими методами реабилитации.	2	
	5.	Лечебная физическая культура, метод патогенической терапии способность влиять на реактивные органы.	2	
	6.	Основы лечебной физической культуры, средства формы и методы. Общие основы физических упражнений.	2	
	7.	Особенности использования методов лечебной физической культуры для оздоровления организма.	2	
	8.	Основные принципы методов реабилитации. Понятие и задачи, принципы реабилитации.	2	

	9	Понятие и задачи, принципы реабилитации.	2	
	10	Составление реабилитационных программ	2	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		6	
	1.	Лечебная физическая культура - метод функциональной терапии приводящей к функции адаптации	2	
	2.	Лечебная физическая культура – метод восстановительной терапии способствующий реабилитации.	2	
	3.	Систематизация физических упражнений анатомическому признаку исправности.	2	
<b>Тема 1.2. Клинико-физиологическое обоснование и общие требования и средства лечебной физической культуры</b>	<b>Содержание</b>		14	2
	1.	Реабилитация и оценка исходного восстановления.	2	
	2	Основные данные о специальных медицинских группах, требования и комплект для занятия.	2	
	3	Основы организации и методики занятий.	2	
	4	Особенности методов занятий при отклонении со стороны внутренних органов.	2	
	5	Общие требования к методике физических упражнений, принципы применения.	2	
	6	Классификация физических упражнений.	2	
	7	Организация работы по лечебной физической культуре.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		10	
	1.	Особенности методов занятий при отклонении со стороны внутренних органов.	2	
	2.	Дозировки и оценки величины нагрузки критерий, возбудимость нагрузки.	2	
	3.	Методические приемы дозировки физических нагрузок.	2	
	4.	Дополнительные средства: трудотерапии, механотерапии, формы лечебной физической культуры.	2	
	5.	Периоды лечебной физической культуры соответствующие им вершин и двигательной активности.	2	

<b>Тема 1.3. Общие основы лечебной физической культуры</b>	<b>Содержание</b>		12	
	1.	Клинико-физиологическое обоснование массажа.	2	2
	2	Понятие о массаже, краткая история.	2	
	3	Классический массаж гигиены.	2	
	4	Показания и противопоказания.	2	
	5	Задачи лечебной физической культуры и массажа	2	
	6	Методики выполнения точечного массажа.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Показания и цели различных видов массажа сечение и соединение тканей.		
<b>Тема 1.4. Основы методики лечебной физической культуры при заболеваниях нервной системы</b>	<b>Содержание</b>		12	
	1.	Анатомо-физиологические особенности нервной системы. Роль массажа для восстановительного лечения нервной системы.	2	2
	2	Реабилитация болезней с травмами и заболеваниями нервной системы лечебной физической культурой.	2	
	3	Приемы и техника классического массажа при заболеваниях нервной системы, особенности проведения.	2	
	4	Лечебные виды массажа, лечебный и спортивный массаж при заболеваниях нервной системы	2	
	5	Гигиенические основы массажа на различных этапах восстановительного лечения при заболеваниях нервной системы.	2	
	6	Инвентарь – требования к массажу.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Составление комплекса упражнений направленных на восстановление нервной системы.		
<b>Тема 1.5. Лечебная</b>	<b>Содержание</b>		10	



<b>физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.</b>	1.	Техника и методика выполнения приемов массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	2
	2	Виды спортивного массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Особенности проведения спортивного массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
	3	Гигиенический массаж, использование поглаживания, разминка при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
	4	Особенности проведения массажа при соматических заболеваниях.	2	
	5	Использование бесконтактного и акустическо-вибрационного массажа.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		2	
<b>Тема 1.6..Лечебная физическая культура в травматологии хирургии и ортопедии.</b>	1.	Составление комплекса упражнений направленных на восстановление сердечно-сосудистой системы.		
	<b>Содержание</b>		6	
	1.	Виды и симптомы травм ОДА. Травматическая болезнь. Методы лечения травм ОДА.	2	2
	2	Задачи и основы методики лечебной физической культуры при травмах ОДА.Переломы костей нижних конечностей. Комплекс специальных упражнений во 2-м периоде.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		10	
	1.	Особенности оказания первой помощи пострадавшим, правила иммобилизации.	2	
	2	Консервативные и оперативные методы лечения переломов.	2	
	3	Общие принципы Лечебной физической культуры в лечении травм.	2	
	4	Определение травматизма его виды и причины.	2	

	5	Классификация переломов позвоночника сдавливание повреждение спинного мозга.	2	
Тема 1.7.Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов суставов и нарушениях обмена веществ.	Содержание		10	2
	1.	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
	2	Механизмы лечебного действия физических упражнений.	2	
	3	Ишемическая болезнь сердца ИБС.	2	
	4	Методика лечебной физической культуры на санаторном этапе реабилитации.	2	
	5	Методика лечебной физической культуры при гипертонических кризах на стационарном этапе.	2	
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		10	
	1.	Основы методики лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
	2	Гипертоническая болезнь. Классификация гипертонической болезни.	2	
	3	Методика лечебной физической культуры на поликлиническом этапе	2	
	4	Задачи и средства, формы физической реабилитации при сахарном диабете.	2	
	5	Признаки приобретения порока сердца. Методика лечебной физической культуры.	2	
	Тема 1.8. Лечебная		10	

физическая культура при заболеваниях органов дыхания.	1.	Основные причины заболеваний органов дыхания. Механизмы лечебного действия физических упражнений.	2	2
	2	Основы методики лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания.	2	
	3	Вентиляция нижних отделов легких.	2	
	4	Бронхиальная астма. Механизмы лечебного действия физических упражнений.	2	
	5	Бронхоэктатическая болезнь.	2	
Тема 1.9. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта ЖКТ и органов мочевого выделения.	Лабораторные работы		-	2
	Практические занятия		10	
	1.	Комплекс упражнений для растягивания плевральных спаек. Комплекс специальных упражнений. Признаки заболевания туберкулеза легких. Методика лечебной физической культуры при туберкулезе легких. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания.		
	Содержание		2	
	1.	Основные клинические проявления заболеваний желудочно-кишечного тракта. Механизмы лечебного действия физических упражнений при гастритах.		
Лабораторные работы			-	

	<b>Практические занятия</b>		6	
	1.	Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ. Виды нарушения обмена веществ. Основные клинические проявления заболеваний желудочно-кишечного тракта.		
<b>Всего</b>			<b>144</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета анатомии или физиологии.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя;
- скелет человека;
- ростомер, весы, , динамометры, спирометры, тонометры, сантиметровые ленты, секундомер, велоэргометр;
- учебные фильмы и мультимедийные лекции по некоторым разделам дисциплины.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиа комплекс

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники :**

1. Аулик И.В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте. – М.: Медицина, 2010 – 195 с.
2. Дембо А.Г. Допинг и допинговый контроль: Лекция. – Л.: Изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 2008 – 58 с.
3. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011. – 480 с.
4. Земцовский Э.В. Спортивная кардиология. – СПб.: «Гиппократ», 2010– 447 с.
5. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Под ред. д.м.н. С.Ф. Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2007– 184 с.
6. Преварский Б.П., Буткевич Г.А. Клиническая велоэргометрия. – Киев, 2009
7. Ачкасов Е.Е., Руненко С.Д., Пузин С.Н. Врачебный контроль в ФК. М.: ООО «Триада - X», 2012.
8. Врачебный контроль в АФК: Учебное пособие/ Под ред. д. м. н. С.Ф. Курдыбайло.-М.: Советский спорт, 2010

##### **Дополнительные источники:**

1. В.Е. Васильева, Д.Ф. Дешин. Врачебный контроль и ЛФК: Учебник для вузов.- М.: из-во «Физкультура и спорт», 2010
2. Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. Спортивная медицина: курс лекций и практических занятий. -М.: Советский спорт, 2009Д.Ф. Дешин, В.Н. Коваленко. Врачебный контроль: Учебник для вузов.- М.: из-во «Физкультура и спорт»,2009Дубровский В.И. ЛФК и врачебный контроль: Учебник для вузов. -М.: Медицинское информационное агентство, 2006
3. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учеб. для студентов вузов.- М.: Гуманит. изд. центр. Владос, 2005

4. Лечебная физкультура и врачебный контроль. ( Под ред. проф. В.А.Епифанова и проф. Г.Л.Апанасенко), Москва, “Медицина”, 2011Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт, 2008.
5. Практические занятия по врачебному контролю /под ред. А.Г. Дембо.-М., Ф и С,2009
6. Спортивная медицина./ Под ред. В.А. Епифанова. –М.: ГЭОТАР Медицина, 2009

Интернет–источники: <http://sportmedi.ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;</li> <li>– проводить простейшие функциональные пробы;</li> </ul>	Фронтальный и индивидуальный опрос; тестирование, письменная контрольная работа. Экспертная оценка выполнения самостоятельных работ. Экспертная оценка выполнения практических заданий.
<b>Знания:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;</li> <li>– назначение и методику проведения простейших функциональных</li> </ul>	Тестирование.  Наблюдение за работой с наглядными пособиями. Практический контроль: демонстрация