

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы учебной дисциплины**  
**«Методы физической реабилитации»**

по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»  
по профилю подготовки «Физическая реабилитация»

**Цель дисциплины «Методы физической реабилитации»** являются формирование профессионально необходимых специалисту по физической реабилитации качеств в условиях педагогической деятельности; приобретение знаний, умений и навыков, необходимых будущему специалисту для осуществления своей профессиональной деятельности в спортивной и физкультурной подготовке лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Изучение теоретических положений реабилитации как комплексной науки. Создание представления об интегрирующей роли реабилитации, о месте реабилитации в системе теории и методике адаптивного физического воспитания, физкультурно-оздоровительной работы. Освоение средств и методов физической реабилитации.

**Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата.** Дисциплина «Методы физической реабилитации» относится к вариативной части дисциплин. Для освоения дисциплины используются знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предметов «Физическая культура». «Анатомия», «Физиология человека», «Анатомия болезни и инвалидности», «Теория и методика физической культуры», «Теория и организация адаптивной физической культуры», на предыдущем уровне образования. Знания и умения, усвоенные студентами в процессе изучения основ физической реабилитации, необходимы в качестве методологической предпосылки для освоения умения и навыки в организации педагогической деятельности в качестве специалиста по физической реабилитации лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. «Методы физической реабилитации» как фундаментальная теоретическая и практическая дисциплина в системе высшего образования бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» является одной из основных дисциплин психолого-педагогического и медико-биологического цикла, готовит обучающихся к планирование и организацию реабилитационной работы в условиях лечебного, физкультурно-оздоровительного, реабилитационного учреждений с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, готовит практической работе по физической реабилитации.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов учебных занятий. Отчетность- контрольная работа, бально -рейтинговая система, зачет.

**Содержание дисциплины «Методы физической реабилитации».** Организационно-методические основы реабилитации. Медицинская реабилитация. Понятие о физической реабилитации. Физиологическое обоснование и педагогические принципы лечебно-восстановительной тренировки. Основные принципы медицинской и физической реабилитации. Средства медицинской и физической реабилитации. Основные требования к составлению реабилитационных программ. Понятие о физической реабилитации. Средства медицинской и физической реабилитации

Общая характеристика средств физической реабилитации. Общие основы лечебной физической культуры. Общие основы ЛФК (физическая активность, физические упражнения, тренировка, ЛФК). Основные механизмы влияния ЛФК на организм: тонизирующего влияния; трофического действия; формирования компенсаций; нормализации функций. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Классификация и характеристика физических упражнений: гимнастические упражнения, идеомоторные упражнения, упражнения в посылке импульсов, спортивно-прикладные

упражнения. Основные и дополнительные средства ЛФК. Методика лечебного применения физических упражнений. Формы ЛФК.

Периоды реабилитации, периоды болезни и периоды лечебного применения физических упражнений. Физиологическая кривая нагрузки, отношение дыхательных и общеразвивающих упражнений к специальным в различные периоды ЛФК. Плотность занятия, темп, число повторений, время занятия в различные периоды ЛФК. Дозирование средств ЛФК. Виды и правила тренировки при применении ЛФК. Классификация нагрузки при выполнении ЛФК. Целевые зоны пульса и контроль АД при выполнении ЛФК.

Основы физиотерапии. Электротерапия. Магнитотерапия. Светотерапия. Цветотерапия. Лазеротерапия. Фотодинамическая терапия. Вибротерапия. Ультразвуковая терапия. Лекарственный ультрафонофорез. Баротерапия. Лечебное применение воздуха различного атмосферного давления. Лечение искусственно измененной воздушной средой. Аэроионотерапия. Аэрозольтерапия. Галотерапия. Гидротерапия. Влажное укутывание. Души. Ванны. Пресные ванны. Ароматические ванны. Газовые ванны. Кишечное промывание. Бани. Паровая баня. Суховоздушная баня. Термотерапия. Парафинотерапия. Озокеритотерапия. Пакетная теплотерапия. Теплопунктура. Криотерапия.

Основы лечебного массажа. Гигиенические основы массажа. Приемы и техника массажа. Спортивный массаж. Сегментарно-рефлекторный массаж. Гигиенический массаж. Самомассаж. Косметический массаж. Реанимационный массаж. Детский массаж. Аппаратный массаж. Гинекологический массаж. Урологический массаж. Перкуссионный массаж. Холодовой массаж. Методы массажа. Мануальная терапия. Акупунктура.

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются образовательные технологии, предусматривающие такие методы и формы изучения материала как лекция, лабораторные занятия, включающие, в том числе активные и интерактивные формы занятий:

- лекция визуализация;
- лекция проблемного характера;
- работа в группах (подготовка различных обзоров по темам).

Занятия, проводимые в интерактивной форме, в том числе с использованием интерактивных технологий, составляют 25% от общего количества аудиторных занятий.

Самостоятельная работа студентов подразумевает работу под руководством преподавателя (консультации при проведении лабораторных работ, помощь в написании рефератов, проверка выполнения конспектов) и индивидуальную работу студента (подготовку к аудиторным занятиям, самостоятельную работу над отдельными темами, подготовку и выполнение письменных контрольных работ, подготовку к зачету).

При реализации образовательных технологий используются следующие виды самостоятельной работы:

- работа с конспектом лекции;
- работа над материалом учебника;
- работа с конспектом лабораторного занятия;
- выполнение тестовых заданий;
- поиск информации в сети Интернет.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: рейтинго-бальная система, контрольные работы. По данной дисциплине (модулю) форма отчетности экзамен в 1 семестре.

Промежуточная аттестация проводится в форме: бально - рейтинговой системы в первом семестре.

В рабочей программе дисциплины «Методы физической реабилитации Анатомия» обозначено материально-техническое обеспечение, представлено учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

