

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 07.10.2022 12:07:50
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство образования и науки Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:

Руководитель ООП:

С.В.Комин

«31» мар 2022г.

Рабочая программа дисциплины (или модуля) (с аннотацией)

Реабилитационные мероприятия в учебно-тренировочном процессе

49.03.01. физическая культура

Направление подготовки

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Для студентов 5 курса заочной формы обучения

Составитель: *к.б.н., доц. Патин М.А.*

Тверь, 2022

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины (или модуля) Реабилитационные мероприятия в учебно-тренировочном процессе

Целью учебного курса «Реабилитационные мероприятия в учебно-тренировочном процессе» является знакомство с основными средствами реабилитации, а также знакомство с методикой работы с использованием терапевтических приборов.

2. Место дисциплины (или модуля) в структуре ООП

Дисциплина относится к курсам по выбору студента, входит в блок дисциплин вариативной части переходного учебного. Логически связана с такими дисциплинами как ЛФК, гигиенические основы ФСД, физиология человека, биохимия, общая характеристика системы спортивной тренировки.

3. Объем дисциплины (или модуля):

Для ЗФО:

Объем дисциплины: __2__ зачетных единиц, __72__ академических часов, в том числе:

контактная аудиторная работа: лекции – 2 часов, практические занятия __4__ часов,

контактная внеаудиторная работа: контроль самостоятельной работы _____, в том числе курсовая работа _____;

самостоятельная работа: __62__ часов, в том числе контроль __4__.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (или модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (или модулю)
--------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------

ПК-12	<p><u>Знать:</u> средства и методы профилактики травматизма, виды восстановительных мероприятий, типы травм, виды спортивного инвентаря.</p> <p><u>Уметь:</u> Подбирать адекватные методы восстановления. Уметь использовать способы профилактики травматизма, правильно применять спортивный инвентарь.</p>
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5. Форма промежуточной аттестации __зачет__ 9 семестр_____

6. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины (или модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

1. Для студентов заочной формы обучения

Наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)			Самост. работа (час.)
		Лекции	Практич. занятия	Лаборат. занятия	
Введение. Современная концепция реабилитации.					
Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте.					
Физиологическое обоснование средств восстановления и их характеристика. Планирование средств и методов восстановления в различных видах спорта.					
Факторы, ухудшающие работоспособность спортсменов. Фармакологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности					
Комплексная реабилитация в различных видах спорта.					

Использование средств и методов восстановления в зимних и летних видах спорта.					
Особенности реабилитации спортсменов-инвалидов.					
Итого	72	2	4		62+4

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
Введение. Современная концепция реабилитации.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
Физиологическое обоснование средств восстановления и их характеристика. Планирование средств и методов восстановления в различных видах спорта.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
Факторы, ухудшающие работоспособность спортсменов. Фармакологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
Комплексная реабилитация в различных видах спорта. Использование средств и методов восстановления в зимних и летних видах спорта.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
Особенности реабилитации спортсменов-инвалидов.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание

Введение. Современная концепция реабилитации.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
-----------------------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------

IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации

1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции: ПК-12

Для оценивания результатов обучения в виде *знаний* используются:

Типовые тесты

Выберите один или несколько правильных вариантов (1 балл)

1. Тонизирующее влияние физических упражнений заключается:

а) в понижении активности центров регуляции функций, б) изменении интенсивности биологических процессов в организме, в) в усилении интенсивности биологических процессов под влиянием мышечной нагрузки.

2. Трофическое действие физических упражнений заключается:

а) в усилении синтеза АТФ, б) в улучшении обменных процессов с преобладанием пластических процессов, в) ослабевают функция внутреннего торможения ЦНС.

3. Компенсация - это:

а) патологическое изменение органа вследствие заболевания или травмы, б) временное или постоянное замещение нарушенной функции, в) изменение в деятельности функции, сопряженной с нарушенной, позволяющее поддерживать важные параметры функционального состояния в границах физиологической нормы.

4. Нормализация функций предполагает:

а) восстановление функций отдельного органа, б) восстановление моторно-висцеральных взаимосвязей, в) полную реабилитацию пациента, г) избавление от временных компенсаций.

5.Использование дозированных физических упражнений в рамках ЛФК приводит:

а) к снижению периода восстановления, б) к усилению процессов возбуждения в ЦНС, в) к предотвращению серьезных нарушений обмена веществ, г) к активации гормональной функции.

Для оценивания результатов обучения в виде **умений используются**:

По предложенным данным и литературным источникам составьте индивидуальную программу реабилитации спортсмена: «На областных соревнованиях по тяжелой атлетике спортсмен С. 22 лет ощутил сильные боли в стопе после поднятия веса. Стаж занятий 10 лет. Ранее спортсмен обращался в медучреждение с растяжением связок голеностопного сустава, курс лечения был продолжительностью 1 месяц. На настоящий момент после проведенного лечения в условиях стационара (полупостельный режим) спортсмен находится в домашних условиях».

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

1. Козырева О.В., Иванов А.А. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия: учеб. словарь-справочник/ авт. составитель: О.В.Козырева, А.А. Иванов. -М.: Советский спорт, 2010. -280 с
2. Павлов С.Е. Лазерная стимуляция в медико-биологическом обеспечении подготовки квалифицированных спортсменов [Электронный ресурс] / С.Е. Павлов, А.Н. Разумов, А.С. Павлов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 216 с. — 978-5-906839-81-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63652.html>
3. Порядок организации оказания медицинской помощи занимающимся физической культурой и спортом [Электронный ресурс] / . — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2017. — 108 с. — 978-5-906839-77-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63654.html>

Дополнительная литература

1. Михайлова Т.В. Дневник спортсмена [Электронный ресурс] : методическое пособие / Т.В. Михайлова, В.П. Губа. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 78 с. — 978-5-906839-96-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65558.html>

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

MS Office 365 pro plus - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

Google Chrome

STDU Viewer

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» www.znanium.com ;
2. ЭБС «ЮРАИТ» www.biblio-online.ru ;
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/> ;
4. ЭБС IPRbooks [http://www.iprbookshop.ru /](http://www.iprbookshop.ru/) ;
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com> ;
6. ЭБС ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp? ;

Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>

VI. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)

Студент при самостоятельной работе использует лекционный материал, учебники, результаты практических занятий. Изучение дисциплины проходит по разделам и темам. Студент **должен знать**: основные понятия и термины, относящиеся к данной теме: реабилитация, травма, восстановление, спортивное питание, терапия, физиотерапия и т.д.

Студент **должен уметь**: проводить анализ предложенных данных, разрабатывать различные программы реабилитации спортсменов с учетом возраста, пола, вида спорта и т.д.

Форма отчета.

Знания и умения, полученные при самостоятельном изучении, а также знания, полученные на практических занятиях по данной дисциплине, используются студентами в процессе прослушивания лекционного курса и при подготовке к зачету. Наличие знаний и умений проверяется путем тестирования по разделам, проверки результатов практических работ, а также на зачете по билетам.

Требования к рейтинг-контролю.

Курс изучается на протяжении одного семестра. Знания студентов оцениваются в 2 этапа (модуля), исходя из 100 баллов. За 1-й модуль студент может получить по 40 баллов, за 2-й 60.

VII. Материально-техническое обеспечение

Мультимедийная аппаратура, компьютер, принтер, раздаточные материалы.

VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.			
2.			