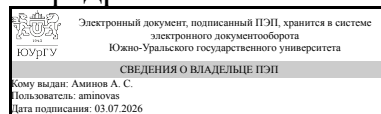


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



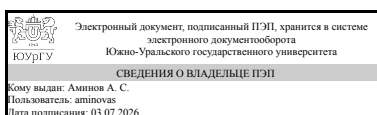
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.05.02 Технологии применения средств лечебной физкультуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата
для направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Адаптивная физическая культура
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

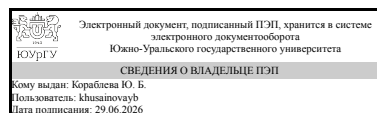
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Ю. Б. Кораблёва

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: сформировать у студентов представление о технологиях применения средств лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата. Задачи: - изучить особенности лечебной физической культуры при различных нарушениях опорно-двигательного аппарата; - ознакомить студентов с организацией процесса лечебной физической культуры в лечебно-профилактических учреждениях; - обеспечить освоение студентами теоретических знаний в области лечебной физической культуры, целостное осмысление профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной и лечебной практики; - сформировать у студентов эмоционально-ценностное отношение к будущей профессиональной деятельности с людьми, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата; - обеспечить реализацию процессов комплексной лечебной физической культуры людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и их социальную интеграцию; - сформировать у студентов навыки самостоятельной оценки эффективности восстановительного процесса; - сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения.

Краткое содержание дисциплины

Организационно-методические основы лечебной физической культуры людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника, заболеваниях суставов, заболеваниях стоп, заболеваниях костной ткани.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-1 Способен применять технологии и методы адаптивной физической культуры, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с обучающимися с отклонениями в состоянии здоровья	Знает: современные технологии лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата Умеет: применять методики лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата Имеет практический опыт: использования специального инвентаря и оборудования для коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата
ПК-6 Способен проводить обучение по дополнительным общеразвивающим программам в сфере адаптивной физической культуры	Знает: технологии применения средств лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата Умеет: показать и объяснить правильное выполнение упражнения, выявить ошибки при выполнении, помочь занимающемуся правильно выполнить упражнение, использовать специальных инвентарь при выполнении упражнений

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Производственная практика (педагогическая) (6 семестр)	Частная патология, Методики лечебно-оздоровительного плавания, Дыхательные упражнения и частные методики дыхательной гимнастики в реабилитации, Организация дополнительного образования в адаптивной физической культуре, Адаптивная физическая культура в специальных медицинских группах, Производственная практика (профессионально-ориентированная) (8 семестр), Производственная практика (преддипломная) (9 семестр)

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Производственная практика (педагогическая) (6 семестр)	Знает: знать структуру занятия по адаптивной физической культуре, принципы распределения средств адаптивной физической культуры и методы их выполнения в течение занятия по адаптивной физической культуре, принципы и методы методов контроля в соответствии с возможностями детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, систему знаний, необходимую для обучения двигательным умениям и навыкам лиц с ограничениями в состоянии здоровья Умеет: определять последовательность применения средств адаптивной физической культуры, проводить частично или полностью занятия по адаптивной физической культуре, проводить оценку знаний обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с возможностями детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в командной работе учитывать особенности поведения и интересы других участников, воспитывать чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях у обучающихся; воспитывать нравственные и морально-волевые качества и навыки осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелость, настойчивость; воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями Имеет практический опыт: проведения коррекционно-развивающей работы с обучающимися с отклонениями в состоянии здоровья, обмена информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценки идей других членов команды для достижения поставленной цели, формирования у обучающихся осознанного

	отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 8,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		7
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	4	4
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	4	4
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	63,75	63,75
Подготовка к практическим занятиям и семинарам: изучение лекционного материала, изучение источников по списку основной и дополнительной литературы по вопросам и заданиям для самостоятельной работы.	21,31	21.31
Подготовка к зачету	21,32	21.32
Конспектирование источников основной и дополнительной литературы по вопросам и заданиям для самостоятельной работы	21,12	21.12
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника.	1	0	1	0
2	Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов.	1	0	1	0
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях стоп.	1	0	1	0
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях костной ткани.	1	0	1	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Описать технологию применения средств лечебной физической культуры при остеохондрозе, грыже межпозвоночного диска, спондилезе, сколиозе, кифозе, болезни Бехтерева.	1
2	2	Описать технологию применения средств лечебной физической культуры при артрите, артрозе, бурсите.	1
3	3	Описать технологию применения средств лечебной физической культуры при плоскостопии, косолапости, пяточной шпоре, халлукс вальгусе	1
4	4	Описать технологию применения средств лечебной физической культуры при остеопорозе, остеомиелите.	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к практическим занятиям и семинарам: изучение лекционного материала, изучение источников по списку основной и дополнительной литературы по вопросам и заданиям для самостоятельной работы.	Основная печатная литература: Лечебная физическая культура: справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587 с. Лечебная физическая культура: учебник для вузов по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптив. физ. культура) С. Н. Попов и др.; под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 412 с. Дополнительная электронная литература: Кизько, Е. А. Физическая реабилитация при заболеваниях и травмах позвоночника : учебное пособие / Е. А. Кизько, О. А. Соколова, А. П. Кизько. — Новосибирск : НГТУ, 2022. — 176 с. https://e.lanbook.com/book/514418 КОСАРЕВ А.О. ВЛИЯНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ТРАВМАХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА / А.О. Косарев // СТАРТ В НАУКЕ - 2025. - 2025. - С. 51-54. https://elibrary.ru/item.asp?id=79657977	7	21,
Подготовка к зачету	Основная печатная литература: Лечебная физическая культура: справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587 с. Лечебная физическая культура: учебник для вузов по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптив. физ. культура) С. Н. Попов и др.; под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 412 с. Дополнительная электронная литература: Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей: учебно-методическое пособие / Сост. Н. И. Шлык, И. И. Шумихина, А. П. Жужгов; отв. ред. Н. И. Шлык. - Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2017. - 167 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=30497714 Соболевский М.С., Шинкарюк Л.А., Мишин А.С., Джолиев И.М.О., Сосновских Д.С. - ВЛИЯНИЕ ПЛОСКОСТОПИЯ НА ПОЗВОНОЧНИК. МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ПЛОСКОСТОПИЯ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ СРЕДСТВАМИ ЛЕЧЕБНОЙ	7	21,

	ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Молодежь и наука - 2021г. №7 https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47475034&ysclid=mqrzfse5oa331400797		
Конспектирование источников основной и дополнительной литературы по вопросам и заданиям для самостоятельной работы	Основная печатная литература: Лечебная физическая культура: справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587 с. Лечебная физическая культура: учебник для вузов по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптив. физ. культура) С. Н. Попов и др.; под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 412 с. Дополнительная электронная литература: Бобунов, Д. Н. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы : монография / Д. Н. Бобунов. — Санкт-Петербург : СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2025. — 220 с. https://e.lanbook.com/book/518620 БЕЛОКРЫЛОВ Н., ШАРОВА Л.В. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОРТОПЕДИИ И ТРАВМАТОЛОГИИ / учебное пособие. - Изд-во: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет" - 2015 - 123 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=30667860	7	21,

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	7	Текущий контроль	Задание №1	1	15	Описан комплекс ЛФК (10 упражнений) - 10 баллов. Прописаны показания и противопоказания - 5 баллов.	зачет
2	7	Текущий контроль	Задание №2	1	15	Описан комплекс ЛФК (10 упражнений) - 10 баллов. Прописаны показания и противопоказания - 5 баллов.	зачет
3	7	Текущий контроль	Задание №3	1	15	Описан комплекс ЛФК (10 упражнений) - 10 баллов. Прописаны показания и противопоказания - 5 баллов.	зачет
4	7	Текущий контроль	Задание №4	1	15	Описан комплекс ЛФК (10 упражнений) - 10 баллов. Прописаны показания и противопоказания - 5 баллов.	зачет
5	7	Промежуточная аттестация	Зачет	-	3	0 баллов - студент не предоставил ответ ни на один вопрос 1 балл - студент предоставил ответ на 1 теоретический вопрос 2 балла - студент предоставил ответ на 1 практический вопрос	зачет

						3 балла - студент предоставил ответ на теоретический и практический вопрос	
6	7	Текущий контроль	Задание №5	1	15	Описан комплекс ЛФК (10 упражнений) - 10 баллов. Прописаны показания и противопоказания - 5 баллов.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Зачет проводится в письменной форме. Студенту даются 2 (1 теоретических и 1 практический) вопроса из списка вопросов к зачету. Время подготовки не более 20 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ					
		1	2	3	4	5	6
ПК-1	Знает: современные технологии лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата	+	+	+	+	+	+
ПК-1	Умеет: применять методики лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата	+	+	+	+	+	+
ПК-1	Имеет практический опыт: использования специального инвентаря и оборудования для коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата	+	+	+	+	+	+
ПК-6	Знает: технологии применения средств лечебной физической культуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата					+	
ПК-6	Умеет: показать и объяснить правильное выполнение упражнения, выявить ошибки при выполнении, помочь занимающемуся правильно выполнить упражнение, использовать специальных инвентарь при выполнении упражнений					+	

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Лечебная физическая культура [Текст] справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587, [1] с.

2. Лечебная физическая культура [Текст] учебник для вузов по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптив. физ. культура) С. Н. Попов и др.; под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 412, [1] с. ил.

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
2. Андреева, А.А. Анатомо-биомеханические особенности мышц и суставов и их коррекция с помощью постизометрической релаксации: учебное пособие / А.А. Андреева, Л.И. Михайлова, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 148 с.
3. Шорин, Г.А. Лечение руками и устройством «Армос»: учебное пособие / Г.А. Шорин, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 138 с.
4. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.
5. Шорин, Г.А. Общие основы мануальной технологии: учебное пособие / Г.А. Шорин Г.А., Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 80 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
2. Андреева, А.А. Анатомо-биомеханические особенности мышц и суставов и их коррекция с помощью постизометрической релаксации: учебное пособие / А.А. Андреева, Л.И. Михайлова, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 148 с.
3. Шорин, Г.А. Лечение руками и устройством «Армос»: учебное пособие / Г.А. Шорин, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 138 с.
4. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.
5. Шорин, Г.А. Общие основы мануальной технологии: учебное пособие / Г.А. Шорин Г.А., Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 80 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	eLIBRARY.RU	БЕЛОКРЫЛОВ Н., ШАРОВА Л.В. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОРТОПЕДИИ И ТРАВМАТОЛОГИИ / учебное пособие. Изд-во: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет" - 2015 - 123 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=30667860
2	Дополнительная литература	eLIBRARY.RU	Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей: учебно-методическое пособие / Сост. И. Шлык., И. И. Шумихина, А. П. Жужгов; отв. ред. Н. И. Шлык. - Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2017. - 167 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=30497714
3	Журналы	eLIBRARY.RU	КОСАРЕВ А.О. ВЛИЯНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ТРАВМАХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА / А.О. Косарев // СТАРТ В НАУКЕ - 2025. - 2025. - С. 51-54. https://elibrary.ru/item.asp?id=79657977
4	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Бобунов, Д. Н. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы : монография / Д. Н. Бобунов. — Санкт-Петербург : СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2025. — 220 с. https://e.lanbook.com/book/518620
5	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Кизько, Е. А. Физическая реабилитация при заболеваниях и травмах позвоночника : учебное пособие / Е. А. Кизько, О. А. Соколова, А. П. Кизько. — Новосибирск : НГТУ, 2022. — 176 с. https://e.lanbook.com/book/514418
6	Журналы	eLIBRARY.RU	Соболевский М.С., Шинкарук Л.А., Мишин А.С., Джолиев И.М.О., Сосновских Д.С. - ВЛИЯНИЕ ПЛОСКОСТОПИЯ НА ПОЗВОНОЧНИК. МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ПЛОСКОСТОПИЯ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ СРЕДСТВАМИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Молодежь и наука - 2021г. №7 https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47475034&ysclid=mqrzfse5oa331400

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)
4. ABBYY-FineReader 8(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Контроль самостоятельной	203 (6)	Учебная аудитория. Парты, стулья.

работы		
Практические занятия и семинары	305 (ДС)	Кушетки
Зачет	202 (6)	Учебная аудитория. Парты, стулья.