

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СОВРЕМЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ»  
(ПОЧУ «СКПО»)**

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Директор ПОЧУ «СКПО»**  
**П.Ф. Зубаилова**  
**«29» мая 2025г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ**  
**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА**

**для специальности**  
**49.02.01 Физическая культура**

**Квалификация: Учитель физической культуры**

**Форма обучения – очная**

**Дербент 2025**

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Профессиональное образовательное частное учреждение «Современный колледж профессионального образования» (ПОЧУ «СКПО»).

**Разработчик:**

преподаватель ПЦК ЕСЭд Юнусова Э.А.  
(занимаемая должность) (степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК

Естественнонаучных и социально-экономических дисциплин

«28» мая 2025 г., протокол № 10

Председатель ПЦК Новрузов Т.Ф.  
(степ., инициалы, фамилия)

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>      | <b>4</b>  |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>         | <b>8</b>  |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>           | <b>13</b> |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b> | <b>15</b> |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа является частью программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования базовой подготовки по специальностям СПО, входящим в состав укрупненной группы специальностей 49.02.01 Физическая культура

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: Дисциплина ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального учебного цикла.

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

В результате освоения 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 с 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;

**иметь практический опыт:**

- осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие общие компетенции, включающие 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. |
|--|

|   |
|---|
| ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. |
|---|

|  |
|--|
| ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами. |
|--|

|   |
|---|
| ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. |
|---|

|   |
|---|
| ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. |
|---|

|   |
|---|
| ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий. |
|---|

|   |
|---|
| ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. |
|---|

|   |
|---|
| ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. |
|---|

|   |
|---|
| ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия. |
|---|

|   |
|---|
| ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. |
|---|

|  |
|--|
| ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения. |
|--|

|   |
|---|
| ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.  |
| ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.  |
| ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.   |
| ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.   |
| ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.  |
| ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.  |
| ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.   |
| ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.  |
| ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. |
| ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.   |
| ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.   |
| ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.  |
| ЛР 28. Вступающий в конструктивное профессионально значимое взаимодействие с представителями разных субкультур.   |
| ЛР 29. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.   |
| ЛР 32. Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора, предопределенные психофизиологическими особенностями или состоянием здоровья, мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности.   |

#### **1.4. Количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 156 часов, в том числе:

- лекционные занятия – 52 часа
- практические занятия – 52 часа

самостоятельной работы обучающегося 52 часа

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>                               | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>            | <b>156</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> | <b>104</b>         |
| в том числе:  |                    |
| лекционные занятия                                      | 50                 |
| практические занятия                                    | 52                 |
| консультация  | 2                  |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>      | <b>52</b>          |
| <i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>        |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

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

| 1  | 2   | 3                  | 4                       |
|--|---|--------------------|-------------------------|
| <b>Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.</b>                    |   | <b>Объем часов</b> | <b>Уровень освоения</b> |
| <b>Раздел 1. Основы врачебного контроля</b>  |   | <b>34</b>          |                         |
| <b>Тема 1.1.</b><br>Врачебный контроль, его цели, задачи и содержание; врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой. | <b>Лекционные занятия:</b><br>Врачебный контроль на занятиях физическими упражнениями. История возникновения и развития врачебного контроля. Цель, задачи и содержание врачебного контроля. Формы работы ВК. Задачи и методы врачебно-педагогических наблюдений. Профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями. Методы исследований. Исследование физического развития. | 6                  | 2                       |
|  | <b>Практические занятия.</b><br>Исследование физического развития школьника. Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;  | 8                  |                         |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка сообщений: «История возникновения и развития врачебного контроля», «Формы работы ВК», «Визуальные признаки утомления».   | 8                  |                         |
| <b>Тема 1.2.</b><br>Назначение и методика проведения простейших функциональных проб  | <b>Лекционные занятия:</b><br>Функциональные пробы и тесты, применяемые в спортивной практике. Велоэргометрия. Тредмил-тест. Проба с гипервентиляцией. Проба Аншера. Проба с задержкой дыхания.   | 4                  | 2                       |
|  | <b>Практические занятия.</b><br>Проведение простейших функциональных проб.  | 4                  |                         |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка сообщения «Особенности функционального состояния лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом»<br>Проведение простейших функциональных проб.  | 4                  |                         |
| <b>Раздел 2. Основы лечебной физической культуры.</b>  |   | <b>36</b>          |                         |
| <b>Тема 2.1.</b><br>Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы  | <b>Лекционные занятия:</b><br>Общие основы применения лечебной физической культуры. Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений. Показания и противопоказания к проведению ЛФК  | 4                  | 2                       |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
| лечебного воздействия физических упражнений   | <b>Практические занятия.</b><br>Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений (тонизирующего, трофического действия, формирования компенсации, нормализации функций).   | 4         |   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка сообщения: «История развития ЛФК», Составление сравнительной таблицы «Особенности оздоровительной тренировки в детском и подростковом возрасте, оздоровительной тренировки женщин, оздоровительной тренировки в пожилом и старческом возрасте». | 4         |   |
| <b>Тема 2.2.</b><br>Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений в ЛФК | <b>Лекционные занятия:</b><br>Средства, формы ЛФК. Методы занятий ЛФК. Классификация физических упражнений, гимнастических упражнений, спортивно-прикладных упражнений, игр. Формы ЛФК в различных двигательных режимах.   | 4         | 2 |
|   | <b>Практические занятия.</b><br>Проведение идеомоторных и изометрических упражнений, под руководством врача, разработка комплексов и проведение индивидуальных и групповых занятий лечебной физической культурой (ЛФК);  | 4         |   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Составление схем: «Классификация гимнастических упражнений, спортивно-прикладных упражнений, игр», «Формы ЛФК в различных двигательных режимах».   | 4         |   |
| <b>Тема 2.3.</b><br>Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК                       | <b>Лекционные занятия:</b><br>Методические правила проведения занятий ЛФК. Дозирование физической нагрузки. Процедура лечебной гимнастики. Оценка эффективности применения ЛФК. Периоды лечебного применения ФУ. Характеристика лечебных режимов.  | 4         | 2 |
|   | <b>Практические занятия.</b><br>Оценка степени утомляемости при выполнении физических упражнений.  | 4         |   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Составление методических правил проведения занятий ЛФК, подготовка сообщений: «Характеристика нарушений обмена веществ», «Организация медицинских групп в школе».  | 4         |   |
| <b>Раздел 3. Основы массажа.</b>  |  | <b>84</b> |   |
| <b>Тема 3.1.</b><br>Понятие о массаже, физиологические механизмы влияния                            | <b>Лекционные занятия:</b><br>Понятие о массаже, краткая история возникновения и развития массажа. Показания и противопоказания к назначению массажа. Определение массажа. Влияние массажа на организм. Абсолютные и временные противопоказания к массажу.   | 4         |   |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| массажа на организм   | <b>Практические занятия.</b><br>Проведение гигиенического и спортивного массажей.  | 4 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка реферата «История возникновения и развития массажа»   | 4 |  |
| <b>Тема 3.2.</b><br>Основные виды и приемы массажа                            | <b>Лекционные занятия:</b><br>Виды массажа. Основные приемы массажа. Приемы классического массажа, последовательность выполнения приемов в сеансе массажа. Массаж отдельных частей тела.   | 4 |  |
|   | <b>Практические занятия.</b><br>Использование и выполнение основных приемов массажа и самомассажа; их последовательность.  | 4 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовить сообщение на тему «Спортивный массаж».   | 4 |  |
| <b>Тема 3.3.</b><br>Показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК | <b>Лекционные занятия:</b><br>Контроль за переносимостью процедур ЛФК. определение частоты дыхания, особенности исследования сердечно-сосудистой системы, контроль за изменениями клинических показателей и функционального состояния.   | 4 |  |
|   | <b>Практические занятия</b><br>Физиологическая кривая на занятиях ЛФК, визуальные признаки утомления,  | 4 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Разработка индивидуального графика -контроля за переносимостью процедур ЛФК, Составление сообщения «Физиологические механизмы влияния массажа на организм».  | 4 |  |
| <b>Тема 3.4.</b><br>Основы методики ЛФК при травмах и заболеваниях.           | <b>Лекционные занятия:</b><br>ЛФК при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы ЛФК при заболеваниях нервной системы. ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга, спинного мозга и периферических нервов.<br>ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Методики разгрузки, коррекции позвоночника, активные и пассивные ЛФК при заболеваниях суставов и остеохондрозе позвоночника | 8 |  |
|   | <b>Практические занятия</b><br>Решение ситуационных задач при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата; заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы; заболеваниях нервной системы; при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.<br>Составление примерного комплекса упражнений при травмах и повреждениях опорно-   | 8 |  |

|   |   |            |  |
|---|---|------------|--|
|   | двигательного аппарата, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы; заболеваниях нервной системы; при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.  |            |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка сообщений : «Общая характеристика травматических повреждений и их осложнений», «Сколиозы: этиология, формы, степени, диагностика», «Остеохондроз позвоночника. Этиология. Клиника, в зависимости от локализации патологического процесса», Разработать индивидуальный комплекс упражнений занятий ЛФК при :- травме локтевого сустава, -при заболевании бронхитом, пневмонией, бронхиальной астмой, -при ишемической болезни сердца. | 8          |  |
| <b>Тема 3.5</b><br>Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста. | <b>Лекционные занятия:</b><br>Методические особенности проведения массажа у детей школьного возраста. Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе. Организация медицинских групп в школе. Выбор упражнений, дозирование нагрузок. Особенности занятий при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья школьников.                                    | 8          |  |
|   | <b>Практические занятия.</b><br>Контроль за переносимостью процедур ЛФК. Выбор упражнений и дозирование нагрузок.   | 8          |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b><br>Подготовка сообщения «Методические особенности проведения массажа у детей школьного возраста»   | 8          |  |
| <b>Консультация</b>   |   | 2          |  |
| <b>Всего:</b>   |   | <b>156</b> |  |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Республика Дагестан, 368607, г. Дербент, ул. Х. Тагиева, зд.33 «з»

Учебная аудитория №15 (2 этаж)

Кабинет лечебной физической культуры и врачебного контроля

Учебная мебель (ученические столы и стулья, преподавательские стул и стол),  
системные блоки, мониторы, клавиатуры, компьютерные мыши;

Доска – 1 шт.;

Шкаф- 1 шт.;

Проекционный экран;

Мультимедийный проектор (переносной) – 1 шт.;

Обеспечено подключение и доступ:

- к сети «Интернет»,
- к электронной информационно-образовательной среде;
- к электронной-библиотечной системе (Электронная библиотечная система

Университетская библиотека онлайн <https://biblioclub.ru/>)

Комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

Учебная аудитория №11 (1 этаж)

Кабинет массажа

Учебная мебель (компьютерные столы и стулья ученические и преподавательские),  
системные блоки, мониторы, клавиатуры, компьютерные мыши;

Доска – 1 шт.;

Массажный стол;

Проекционный экран;

Мультимедийный проектор (переносной) – 1 шт.;

Обеспечено подключение и доступ:

- к сети «Интернет»,
- к электронной информационно-образовательной среде;
- к электронной-библиотечной системе (Электронная библиотечная система

Университетская библиотека онлайн <https://biblioclub.ru/>)

Комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### Основная литература:

1. Цуцаева, М. В. Валеологические аспекты преподавания физической культуры для студентов с ослабленным здоровьем : учебное пособие : [16+] / М. В. Цуцаева, Т. Н. Власова, Л. И. Зуб ; Волгоградский государственный аграрный университет. – Волгоград : Волгоградский государственный аграрный университет, 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611232>

2. Лечебная физическая культура в специальных медицинских группах : учебно-методическое пособие : [16+] / И. В. Парсаева, Н. В. Гафиятова, Л. В. Золотова [и др.] ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2022. – 36 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696355>

3. Базовая подготовка врача по спортивной медицине : учебное пособие для ординаторов : [16+] / В. А. Бадтиева, Е. М. Бердичевская, А. А. Горелов [и др.] ; под ред. Г. А. Макаровой, Б. А. Поляева. – Москва : Спорт, 2024. – 496 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717203>

##### Дополнительная литература:

1. Базовая подготовка врача по спортивной медицине : учебное пособие для ординаторов : [16+] / В. А. Бадтиева, Е. М. Бердичевская, А. А. Горелов [и др.] ; под ред. Г. А. Макаровой, Б. А. Поляева. – Москва : Спорт, 2024. – 496 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717203>

2. Гурьянова, Е. А. Вопросы медицинской реабилитации : учебное пособие : [12+] / Е. А. Гурьянова, О. А. Тихоплав. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 292 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599355>

3. Гурьянова, Е. А. Вопросы медицинской реабилитации : учебное пособие : [12+] / Е. А. Гурьянова, О. А. Тихоплав. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 292 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599355>

##### Справочно-правовые системы

Консультант Плюс

### Электронные ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система [«Университетская библиотека онлайн»](#) // [www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/).

### Электронные образовательные ресурсы

1. Библиотека МЭШ [uchebnik.mos.ru](http://uchebnik.mos.ru)
2. ГНПБ им. К.Д. Ушинского. - <http://www.gnpbu.ru/>
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». - <http://window.edu.ru/>
5. Научно-методический журнал «Начальная школа» - <https://n-shkola.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
7. Педагогическая периодика - <http://periodika.websib.ru/>
8. Российская государственная библиотека // <https://www.rsl.ru/>
9. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
10. Российская электронная школа. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам. <https://resh.edu.ru>
11. Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ - <http://gramota.ru/>
12. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [College.ru](http://College.ru)
13. Федеральный центр электронных образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
14. Электронное издание «Практическая педагогика» - <https://www.pped.ru/doshkolnoe>
15. Электронный периодический журнал «Вестник Образования» - <https://vestnik.edu.ru/>

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

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

| <p align="center"><b>Результаты обучения<br/>(освоенные умения, усвоенные знания)</b></p>  | <p align="center"><b>Формы и методы<br/>контроля и оценки<br/>результатов обучения</b></p>  |
|--|---|
| <p><b>Умения:</b></p> <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> <li>• под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);</li> <li>• использовать основные приемы массажа и самомассажа;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <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 проб;</li> <li>• значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</li> <li>• средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;</li> <li>• дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;</li> <li>• показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;</li> <li>• основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li> <li>• методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;</li> <li>• особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;</li> <li>• понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</li> <li>• основные виды и приемы массажа;</li> </ul> <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.</li> </ul> | <p>- устный и письменный опрос;<br/>-выполнение тестовых заданий, самостоятельных работ;</p> <p>- выполнение и защита практических работ.</p> |