

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «ДОНЕЦКИЙ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

Кафедра адаптивной физической культуры

**УТВЕРЖДАЮ:**

Проректор по научно-методической  
и учебной работе

*Е.И. Скафа*  
«11» сентября 2019 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

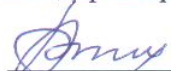
**«СПЕЦИАЛЬНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ГРУППЫ В СРЕДНИХ И ВЫСШИХ  
ПРОФИЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ»**

Направление подготовки:	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Магистерская программа:	Адаптивная физическая культура
Программа подготовки:	Академическая магистратура
Квалификация:	магистр
Форма обучения:	Очная, заочная

Донецк 2019

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора ИФКС

 С.И. Бельх

« 06 » сентября 2019 г.



Программа учебной дисциплины «Специальные медицинские группы в средних и высших профильных учебных заведениях» составлена на основе ГОС ВПО по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии физического здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 19 ноября 2015 года, № 813, зарегистрированного в Министерства юстиции ДНР от 14 декабря 2015 года, № 829, «Порядком организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики», утвержденного приказом МОН ДНР от 11.11.2017г. № 1171, утвержденного Ученым Советом ДонНУ от 23.08.2019 г., протокол № 7, и основной образовательной программы, утвержденной Приказом ректора от 30.08.2019 г. №134/05.

Разработчик:

д.физ.в, старший преподаватель кафедры  
адаптивной физической культуры

 С.С. Люгаило

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры

Протокол № 2 от " 03 " сентября 2019 г.

Зав. кафедрой

 Ю.А. Гришун

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией Института физической культуры и спорта

Протокол № 1 от «06» сентября 2019 г.

Председатель учебно-методической  
Комиссии Института ФКС

 В.В. Сидорова

## 1. Область применения дисциплины в учебном процессе

Учебная дисциплина «Специальные медицинские группы в средних и высших профильных учебных заведениях» является дисциплиной базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (магистерская программа: адаптивная физическая культура).

Дисциплина реализуется в Донецком институте физической культуры кафедрой адаптивной физической культуры.

Дисциплина опирается на физкультурную (физическая культура и спорт в высших учебных заведениях), профильную (физическая реабилитация, оздоровительно-реабилитационные технологии в ФКС, комплексная реабилитация инвалидов, спортивная медицина, рациональное питание в ФКС), философскую и психолого-педагогическую подготовку студентов, закладывая фундамент научно-методической подготовки будущих исследователей в области теории и методики адаптивной физической культуры. Полученные знания используются студентами во время выполнения научно-исследовательской работы и написания магистерских диссертаций.

## 2. Структура дисциплины

<i>Характеристика учебной дисциплины</i>				
Направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)			
Магистерская программа	Адаптивная физическая культура			
Программа подготовки	Академическая магистратура			
Квалификация	Магистр			
Количество содержательных модулей	2			
Дисциплина базовой/вариативной части образовательной программы	Дисциплина вариативной части, блока обязательные дисциплины профессионального цикла (шифр – Б1.В.ОД1)			
Форма контроля	2 модульных контроля, 1 экзамен			
Показатели	очная форма обучения		заочная форма обучения	
	2 семестр	3 семестр	2 семестр	3 семестр
Количество зачетных единиц (кредитов)	2	3	2	3
Год подготовки	1	2	1	2
Семестр	2	3	2	3
Количество часов	90	90	90	90
- лекционных	18	14	4	2
- практических, семинарских	36	14	8	2
- лабораторных				
- самостоятельной работы	36	62	78	86
в т.ч. индивидуальное задание				
Недельное количество часов,	5	5	5	5
в т.ч. аудиторных	3 (1/2)	2 (1/1)		

### **3. Описание дисциплины**

#### **Цели и задачи**

*Цель – сформировать и развить у магистров профессиональные качества, которые отражают основу деятельности преподавателя по рациональной организации образовательного процесса по физическому воспитанию студентов средних и высших профильных учебных заведений, с учетом особенностей их соматического здоровья.*

#### **Задачи учебной дисциплины:**

- Раскрыть трехкомпонентную структуру и содержание процесса физического воспитания студентов, определяющих специфику выделения дифференцированных целей и задач каждого ее структурного блока во взаимосвязи с системой профессионального образования.

- углубить профессиональные теоретико-методические знания в сферах физической культуры и педагогики, а так же практические навыки самостоятельной деятельности по организации учебно-тренировочного и оздоровительного процессов, полученные на базе систематизированной профессионально-прикладной подготовки.

- исследовать инновационные педагогические подходы и оздоровительные технологии на основе повышения эффективности управления и эффективности физкультурного образования в средних и высших профессиональных учебных заведениях, для повышения его здоровьесберегающей направленности.

- сформировать у обучающихся основные практические умения в рамках целевого алгоритма образования и воспитания студентов с ослабленным здоровьем путем использования рационально обоснованного спектра средств и методов физической культуры.

#### **Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения учебной дисциплины «Специальные медицинские группы в средних и высших профильных учебных заведениях» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ГОС ВПО по 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (программа магистратуры: адаптивная физическая культура).

##### **а) общекультурных компетенций (ОК):**

- способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (ОК-1);

- готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения (ОК-2);

- готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень, добиваться нравственного и физического совершенствования своей личности (ОК-4);

- способность к самостоятельному обучению новым методам исследования, сбору, обработке и использованию современных информационных технологий и интерпретации получаемых данных, к изменению научного и научно-производственного профиля своей профессиональной деятельности (ОК-5);

- способность свободно пользоваться государственным языком Донецкой Народной Республики и иностранным языком как средством делового общения, сбору и использованию данных из отечественных и иностранных литературных источников (ОК-6);

- способность использовать на практике умения и навыки в организации исследовательских и проектных работ, в управлении междисциплинарной командой и коллективом (ОК-7);

- способность оказывать личным примером, на окружающих и всех участников профессиональной деятельности с точки зрения соблюдения норм и правил здорового образа жизни, активной творческой жизненной позиции (ОК-8);

- способность самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности новые знания и умения, в том числе в новых областях знаний, непосредственно не связанных со сферой деятельности (ОК-9);

- способность анализировать, систематизировать, классифицировать и практически резюмировать российскую и зарубежную учебно-методическую и научную информацию по адаптивной физической культуре (ОК-11);
- готовность к общению на иностранном языке по вопросам профессиональной деятельности (ОК-12).

***б) общепрофессиональных компетенций (ОПК):***

- готовность использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач (ОПК-2);
- готовность взаимодействовать с участниками образовательного процесса и социальными партнерами, руководить коллективом, толерантно воспринимая социальные, этноконфессиональные и культурные различия (ОПК-3);
- наличие высокого уровня знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры (ОПК-3);
- способность осуществлять профессиональное и личностное самообразование, проектировать дальнейшие образовательные маршруты и профессиональную карьеру (ОПК-4);
- способность использовать современные средства и методы научного и практического решения актуальных проблем в каждом из видов адаптивной физической культуры (ОПК-4);
- способность использовать в своей деятельности основные положения гуманистической личностно-ориентированной концепции отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов), выстраивать в контексте этих положений взаимодействия всех субъектов процесса реализации средств и методов адаптивной физической культуры (ОПК-5);
- наличие высокого уровня знаний, опыта творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний (ОПК-6);
- способность применять на практике инклюзивный подход в процессе реализации средств и методов адаптивной физической культуры (ОПК-7).

***в) профессиональные компетенции (ПК):***

*педагогическая деятельность:*

- способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК – 1);
- способность обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования (ПК – 2);
- способность обобщать передовой опыт и обосновывать наиболее эффективные способы определения, планирования, реализации и корректировки содержания когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся (ПК – 2);
- готовность разрабатывать содержание методических материалов для повышения эффективности образовательной деятельности преподавателей, учителей, инструкторов-методистов по работе со специальными медицинскими группами и самообразования лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК – 4)

*воспитательная деятельность:*

- способность воспитывать у занимающихся в специальных медицинских группах социально значимые личностные качества, вырабатывать активное отношение к преодолению

отклонений в состоянии здоровья (ПК – 1);

- способность формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК – 2);

*развивающая деятельность:*

- способность разрабатывать и внедрять тренировочные программы, содействующие развитию психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания (ПК – 2);

- способность обеспечивать использование современных технологий усвоения занимающимися спектра знаний из различных областей науки о закономерностях развития человека, его двигательной, психической, духовной сфер (ПК – 1);

- способность разрабатывать содержание учебной документации по реализации задач развивающего обучения, анализировать успешность этого процесса (ПК – 2);

*реабилитационная (восстановительная) деятельность:*

- способность обобщать и внедрять в практическую работу передовой российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и совершенствованию средств и методов индивидуальных программ реабилитации (ПК – 1);

- способность изыскивать современные способы наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья студенческой молодежи (ПК – 2);

*компенсаторная деятельность:*

- способность изучать и внедрять новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека (ПК – 2);

- способность разрабатывать, апробировать и давать рекомендации по внедрению новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций (ПК – 1);

*профилактическая деятельность:*

- готовность на высоком уровне знаний реализовать комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека (ПК-16);

- способность применять нетрадиционные способы, средства, аппараты, технические средства, тренажеры по предупреждению возникновения и (или) прогрессирования вторичных и сопутствующих заболеваний, обусловленных основным дефектом организма студентов, занимающихся в СМГ (ПК-17);

*научно-исследовательская деятельность:*

- способность выявлять и транслировать современные проблемные ситуации в области адаптивной физической культуры студентов, формировать цели, задачи, методы исследования по разрешению данных проблемных ситуаций (ПК-18);

- способность разрабатывать планы, программы, этапы исследования, использовать адекватные поставленным задачам методы исследования, в том числе из смежных областей знаний, проводить научно-исследовательскую работу, интерпретировать результаты собственных исследований, выявлять их практическую значимость (ПК-19);

- способность предлагать пути внедрения полученных результатов научных исследований в практику адаптивной физической культуры (ПК-20);

*организационно-управленческая деятельность:*

- способностью анализировать педагогически реабилитационный процесс со студентами, занимающимися в СМГ лицами, как объект управления (ПК-21);

- способность организовывать работу исполнителей, находить и принимать управленческие решения в области организации и нормирования труда (формировать численный состав занимающихся адаптивной физической культурой, временные затраты) (ПК-22);

- способностью разрабатывать бизнес-планы по внедрению современных технологий, аппаратных средств, оборудования и тренажеров, программ инновационной деятельности в конкретном учреждении, регионе, субъекте Республики (ПК-23).

**В результате изучения учебной дисциплины студент должен:**

**Знать:**

- теоретико-методические основы образовательного процесса по физическому воспитанию в системе среднего и высшего профессионального образования (цели, задачи, принципы, организационные формы);
- этиологию и патогенез различных нозологий, клинические формы и исходы заболеваний;
- основные механизмы развития и формирования саногенетических, профилактических и компенсаторных эффектов в организме человека средствами и методами физической культуры;
- комплекс мероприятий по медико-педагогическому сопровождению образовательного процесса по ФК;
- процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в образовательных учреждениях среднего профессионального образования;
- рекомендации по определению медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья обучающихся;
- принципы и методы оценки индивидуальных показателей соматического здоровья;
- средства, приемы, методы и формы адаптивной физической культуры и их воздействие на организм человека после перенесенного заболевания или травмы;
- особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям;
- принципы дозирования физических нагрузок по объему направленности и интенсивности в работе со студентами СМГ;
- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания учащихся и студентов.

**Уметь:**

- определять показания и противопоказания для применения методов физических средств и методов с профилактической, восстановительной и компенсаторной целью в работе с занимающимися в СМГ;
- организовывать образовательный процесс по ФВ в группах СМГ с учетом текущего функционального состояния занимающихся (дозировать физические упражнения);
- применять в профессиональной деятельности нетрадиционные способы, средства, аппараты, технические средства, тренажеры по предупреждению возникновения и (или) прогрессирования вторичных и сопутствующих заболеваний, обусловленных основным дефектом организма студентов, занимающихся в СМГ;
- применять методы контроля за функциональным состоянием занимающихся в процессе занятий в СМГ;
- оценивать в динамике основные функциональные показатели, определять реабилитационный эффект;
- анализировать педагогически реабилитационный процесс со студентами, занимающимися в СМГ, осуществлять перевод по группам;
- владеть навыками составления и ведения учебно-методической документации для работы с занимающимися в СМГ.

**Владеть:**

- навыком проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной

деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке студентов с отклонениями в состоянии здоровья;

- навыком разработки и внедрения физкультурно-оздоровительной программы, содействующей развитию физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания;

- методами проведения и оценки функционального состояния и физической подготовленности занимающихся СМГ;

- навыком разработки содержания учебной документации по реализации задач развивающего обучения, анализировать успешность этого процесса.

#### 4. Содержание дисциплины и формы организации учебного процесса

Порядковый номер темы	Краткое содержание темы
<b>Содержательный модуль 1</b>	
<b>Тема 1</b> <b>Введение в дисциплину</b>	Предпосылки для формирования системы знаний и условия реализации образовательного процесса по физической культуре в системе среднего и высшего профессионального образования. Цели, задачи, содержание дисциплины.
<b>Тема 2</b> <b>Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи</b>	Перечень основных законодательно-правовых документов Донецкой Народной Республики в сфере физического воспитания детей и молодежи. Осуществление физического воспитания детей и молодежи Донецкой Народной Республики, сохранение и укрепления их здоровья (комментарии законодательно-правовых документов).
<b>Тема 3</b> <b>Основные требования к организации занятий по физической культуре средних и высших профессиональных образовательных учреждениях</b>	Мероприятия физического воспитания в СиВПОУ. Цели и задачи (общие, частные) учебной дисциплины «ФК». Комплекс мероприятий по медико-педагогическому сопровождению образовательного процесса по физической культуре: обязательный медицинский профилактический осмотр; педагогическое наблюдение (мониторинг) психофизического развития; выявление позитивных и негативных факторов учебной среды, влияющих на здоровье обучающихся.
<b>Тема 4.</b> <b>Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СиВПОУ.</b>	Принципы распределения обучающихся по медицинским группам для занятий по ФК; процедура оформления документации и осуществления перевода по группам. Медико-педагогическое наблюдение (МПН) как форма контроля реализации процесса физического воспитания. Критерии оценки МПН. Внешние признаки утомления во время выполнения ФН. Типы реакции организма на ФН.
<b>Тема 5</b> <b>Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям</b>	Организация работы с обучающимися основной медицинской группы. Особенности проведения занятий с обучающимися подготовительной группы. Принципы дозирования ФН на разных этапах образовательного процесса студентов после перенесенных в острой форме заболеваний. Особенности работы с группой часто болеющих обучающихся. Особенности организации процесса обучения по ФВ в группах с низким уровнем физического здоровья.
<b>Тема 6</b>	Особенности организации образовательного процесса

<b>Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы</b>	обучающихся, отнесенных к группе «А». Особенности организации образовательного процесса обучающихся, отнесенных к группе «Б».
<b>Тема 7. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания</b>	Перечень состояний, регламентирующих форму ограничения (противопоказания). Алгоритм ограничений при заболеваниях систем: сердечно-сосудистой; дыхательной системы; мочеполовой; пищеварительной; нервной; опорно-двигательного аппарата; органов зрения; эндокринной.
<b>Тема 8 Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе</b>	Временная регламентация образовательного процесса. Структура учебной программы: базовый и вариативный компоненты. Организационные формы. Принципы комплектования обучающихся в группы для проведения занятий. Методические рекомендации по организации занятий для перечисленных нозологий.
<b>Тема 9 Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся.</b>	Система двигательных тестов и функциональных проб для обоснования модели реабилитационно-профилактического процесса. Допустимые тесты для оценки двигательных качеств (физическая подготовленность): общая выносливость, скоростно-силовые качества; сила мышц; координационные возможности; силовая выносливость; кистевая динамометрия; тест Горяной, «Скручивание». Функциональные пробы: Штанге, Генчи, Руфье. Методика Г.Л. Апанасенко.
<b>Содержательный модуль 2</b>	
<b>Тема 10 Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечно-сосудистой системы (ССС)</b>	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях ССС: хронические формы (врожденные пороки; аномалии; приобретенные патологии); после перенесенных в острой форме патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Принцип рассеивания нагрузки.
<b>Тема 11 Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы</b>	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях с хроническим течением (обструктивный бронхит и бронхиальная астма); после перенесенных в острой форме патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Специальные дыхательные упражнения. Содержание и алгоритм дыхательных гимнастик.
<b>Тема 12 Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы</b>	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях пищеварительной системы: хронические формы заболеваний (желудочно-кишечного тракта, гепатобиллиарной системы); после перенесенных в острой форме тематических патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Методики самомассажа.
<b>Тема 13 Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой</b>	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях мочеполовой системы: хронические формы заболеваний (нефрологических; гинекологических); после перенесенных в острой форме тематических патологий. Сроки допуска и рекомендации по

<i>системы</i>	расширению двигательного режима. Меры самопрофилактики.
<b>Тема 14</b> <b>Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции</b>	Методика физкультурно-оздоровительной работы при расстройствах вегетативной регуляции. Состояния острого перенапряжения в различных системах организма: меры профилактики. Правила расширения двигательного режима. Коррекционные методики с элементами различных видов спорта. Хронически диагностируемые состояния острого перенапряжения. Коррекция, профилактика указанных состояний. Вспомогательные средства и методы.
<b>Тема 15</b> <b>Особенности методики организации занятий в группах при эндокринных заболеваниях</b>	Сахарный диабет: клиника, симптомы, особенности методики занятий ЛФК, меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки. Ожирение: типы, степень тяжести, особенности методики занятий ЛФК, меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки.
<b>Тема 16</b> <b>Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата</b>	Физическая реабилитация при фиксированных нарушениях системы ОДА у занимающихся в СМГ: сколиотическая болезнь, остеохондроз позвоночного столба, нестабильность шейного отдела, грыжи Шморля; патология стоп. Физическая реабилитация после травматических повреждений различных отделов системы ОДА и их последствий.

### Тематический план

	Содержательный модуль 1										
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов										
	Очная форма обучения						Заочная форма обучения				
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.			
		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	самостоятельная работа	индивидуальная работа
Тема 1. <i>Введение в дисциплину</i>	10	2	4		4		10	2		8	
Тема 2. <i>Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи</i>	10	2	4		4		10		2	8	
Тема 3. <i>Основные требования к организации занятий по физической культуре в С и ВПОУ</i>	10	2	4		4		10			10	

Тема 4. <i>Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СиВПОУ.</i>	10	2	4		4		10		2	8	
Тема 5. <i>Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям</i>	10	2	4		4		10			10	
Тема 6. Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы	10	2	4		4		10	2		8	
Тема 7. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания	10	2	4		4		10		2	8	
Тема 8. Организация и проведение занятий в СМГ	10	2	4		4		10			10	
Тема 9. Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся.	10	2	4		4		10		2	10	
Итого по содержательному модулю 1	90	18	36		36		90	4	8	78	

	Содержательный модуль 2										
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов										
	Очная форма обучения					Заочная форма обучения					
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.			
		лекции	практические	лабораторные	Самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	самостоятельн ая работа	индивидуальная работа
Тема 10. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечно-сосудистой системы (ССС)	12	2	2		8		14	2		12	
Тема 11. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы	14	2	2		10		12			12	

<b>Тема 12. Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы</b>	14	2	2		10		12			12	
<b>Тема 13. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой системы</b>	14	2	2		10		16		2	14	
<b>Тема 14. Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции</b>	12	2	2		8		12			12	
<b>Тема 15. Особенности методики организации занятий в группах при эндокринных заболеваниях</b>	12	2	2		8		12			12	
<b>Тема 16. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата</b>	12	2	2		8		12			12	
<b>Итого по содержательному модулю 2</b>	<b>90</b>	<b>14</b>	<b>14</b>		<b>62</b>		<b>90</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>86</b>	
<b>Всего часов по модулю</b>	<b>180</b>	<b>32</b>	<b>50</b>		<b>98</b>		<b>180</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>164</b>	

## 5. Методические рекомендации для проведения лабораторных, практических и семинарских занятий.

### ТЕМЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ

№ занятия	Название темы	Кол-во часов	
		Очная	Заочная
1.	Введение в дисциплину	2	2
2.	Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи	2	
3.	Основные требования к организации занятий по физической культуре средних и высших профессиональных образовательных учреждениях.	2	
4.	Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СиВПОУ.	2	
5.	Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям	2	
6.	Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы	2	2

7.	Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания	2	
8.	Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе	2	
9.	Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся	2	
10.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечнососудистой системы (ССС)	2	2
11.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы	2	
12.	Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы	2	
13.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой системы	2	
14.	Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции	2	
15.	Особенности методики организации занятий в группах при эндокринных заболеваниях	2	
16.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата	2	
	Всего	32	6

### ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

№ занятия	Название темы	Кол-во часов	
		Очная	Заочная
1	Предпосылки для формирования системы знаний и условия реализации образовательного процесса по физической культуре в системе среднего и высшего профессионального образования. Особенности состояния здоровья учащейся и студенческой молодежи.	2	
2	Цели, задачи, содержание дисциплины.	2	2
3	Изучение положений основных законодательно-правовых документов Донецкой Народной Республики в сфере физического воспитания детей и молодежи.	2	
4	Осуществление физического воспитания детей и молодежи Донецкой Народной Республики, сохранение и укрепления их здоровья (комментарии законодательно-правовых документов).	2	2
5	Мероприятия физического воспитания в СиВПОУ. Цели и задачи (общие, частные) учебной дисциплины «ФК». Комплекс мероприятий по медико-педагогическому сопровождению (МПС) образовательного процесса по физической культуре.	2	
6	Содержание составляющих МПС: обязательный медицинский профилактический осмотр; педагогическое наблюдение (мониторинг) психофизического развития; выявление позитивных и негативных факторов учебной среды, влияющих на здоровье обучающихся.	2	

7	Принципы распределения обучающихся по медицинским группам для занятий по ФК; процедура оформления документации и осуществления перевода по группам.	2	2
8	Медико-педагогическое наблюдение (МПН) как форма контроля реализации процесса физического воспитания. Критерии оценки МПН. Внешние признаки утомления во время выполнения ФН. Типы реакции организма на ФН.	2	
9	Организация работы с обучающимися основной медицинской группы. Особенности проведения занятий с обучающимися подготовительной группы. Принципы дозирования ФН на разных этапах образовательного процесса студентов после перенесенных в острой форме заболеваний.	2	2
10	Особенности работы с группой часто болеющих обучающихся. Особенности организации процесса обучения по ФВ в группах с низким уровнем физического здоровья.	2	
11	Особенности организации образовательного процесса обучающихся, отнесенных к группе «А».	2	
12	Особенности организации образовательного процесса обучающихся, отнесенных к группе «Б».	2	
13-14	Перечень состояний, регламентирующих форму ограничения (противопоказания). Алгоритм и формы ограничений при заболеваниях систем: сердечно-сосудистой; дыхательной системы; мочеполовой; пищеварительной; нервной; опорно-двигательного аппарата; органов зрения; эндокринной.	4	2
15-16	Методические рекомендации по организации занятий для перечисленных нозологий. Принципы дозирования физической нагрузки.	4	
17-18	Система двигательных тестов и функциональных проб для обоснования модели реабилитационно-профилактического процесса. Допустимые тесты для оценки двигательных качеств (физическая подготовленность): общая выносливость, скоростно-силовые качества; сила мышц; координационные возможности; силовая выносливость; кистевая динамометрия; тест Горяной, «Скручивание». Функциональные пробы: Штанге, Генчи, Руфье. Методика Г.Л. Апанасенко.	4	
19	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях ССС: хронические формы (врожденные пороки; аномалии; приобретенные патологии); после перенесенных в острой форме патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Принцип рассеивания нагрузки.	2	
20	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях с хроническим течением (обструктивный бронхит и бронхиальная астма); после перенесенных в острой форме патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Специальные дыхательные упражнения. Содержание и алгоритм дыхательных гимнастик.	2	
21	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях пищеварительной системы: хронические формы заболеваний (желудочно-кишечного тракта, гепатобиллиарной системы); после перенесенных в острой форме тематических патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению	2	

	двигательного режима. Методики самомассажа.		
22	Методика физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях мочеполовой системы: хронические формы заболеваний (нефрологических; гинекологических); после перенесенных в острой форме тематических патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Меры самопрофилактики.	2	
23	Методика физкультурно-оздоровительной работы при расстройствах вегетативной регуляции. Состояния острого перенапряжения в различных системах организма: меры профилактики. Правила расширения двигательного режима. Коррекционные методики с элементами различных видов спорта. Хронически диагностируемые состояния острого перенапряжения. Коррекция, профилактика указанных состояний. Вспомогательные средства и методы.	2	
24	Сахарный диабет: клиника, симптомы, особенности методики занятий ЛФК, меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки. Ожирение: типы, степень тяжести, особенности методики занятий ЛФК, меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки.	2	
25	Физическая реабилитация при фиксированные нарушения системы ОДА у занимающихся в СМГ: сколиотическая болезнь, остеохондроз позвоночного столба, нестабильность шейного отдела, грыжи, протрузия дисков; патология стоп. Физическая реабилитация после травматических повреждений различных звеньях системы ОДА и их последствий.	2	
	<b>Всего</b>	<b>50</b>	<b>10</b>

### ***Практическое занятие № 1***

1. Современный научный взгляд на проблему здоровья учащейся и студенческой молодежи.
2. Эндогенные факторы, определяющие уровень соматического здоровья студентов.
3. Экзогенные факторы, влияющие на уровень соматического здоровья студенческой молодежи.
4. Особенности структуры соматической патологии студенческой молодежи.
5. Двигательная активность как биологическая потребность организма для расширения функциональных возможностей его различных систем. Критерий оптимальной нормы ДА.
6. Суммарная суточная ДА студенческой молодежи.
7. Средневозрастные суточные энерготраты студентов. Группы интенсивности движений. Составляющие физической подготовленности.

### ***Практическое занятие 2***

1. Структура и особенности содержания действующей базовой программы по физическому воспитанию в системе среднего и высшего профессионального образования.
2. Стратегические цели физического воспитания в системе среднего и высшего профессионального образования.
3. Текущие педагогические задачи занятий по ФВ сообразно годам обучения.
4. Задачи образовательного процесса по ФВ обучающихся с ослабленным здоровьем.
5. Круг общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций магистра, изучившего учебную дисциплину.

### ***Практическое занятие 3***

1. Конституция Донецкой Народной Республики (Постановление Народного Совета № 1-1 от 14 мая 2014 года).
2. Закон «Об образовании» Донецкой Народной Республики (Постановление Народного Совета №I-233П-НС от 19 июня 2015 года).
3. Закон Донецкой Народной Республики «О физической культуре и спорте» (Постановление Народного Совета № I-143П-НС от 24 апреля 2015 г.).
4. Закон Донецкой Народной Республики «Об обеспечении санитарного и эпидемического благополучия населения» (Постановление Народного Совета №I-123П-НС от 10 апреля 2015 г.).
5. Указ Главы Донецкой Народной Республики №304 от 16 сентября 2016 г. «О Государственном физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» Донецкой Народной Республики».
6. Постановление Совета Министров № 13-32 от 17 декабря 2016 г. «Об утверждении нормативных правовых актов, направленных на внедрение и реализацию государственного физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» Донецкой Народной Республики».
7. Концепция формирования здорового образа жизни детей и молодежи (приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики №815 от 03.08.2016 г.).
8. Концепция формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Донецкой Народной Республике на период до 2025 года (Указ Главы Донецкой Народной Республики №60 от 01.03.2019г.).
9. Приказ Министерства здравоохранения Донецкой Народной Республики № 47 от 26.01.2015 г. «Об организации работы по формированию здорового образа жизни, и гигиеническому воспитанию и обучению населения Донецкой Народной Республики»
10. Приказ Министерства здравоохранения Донецкой Народной Республики 012.1/717 от 31.12.2015 г. «Об утверждении Порядка проведения диспансеризации».
11. Приказ Министерства здравоохранения Донецкой Народной Республики 012.1/41 от 02.06.2015 г. «Об утверждении форм первичной учетной документации, которые используются в учреждениях здравоохранения Донецкой Народной Республики, независимо от формы собственности и ведомственной подчиненности.
12. Приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики № 725 от 23.08.2018 г. «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 07 августа 2018 года № 691 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности в общеобразовательных организациях Донецкой Народной Республики в 2018-2019 учебном году».

### ***Практическое занятие 4.***

1. Условия для реализации государством конституционного права граждан заниматься ФК и спортом.
2. Основные принципы законодательства о физической культуре (статья 5 действующего Закона «О физической культуре и спорте»).
3. Задекларированный объем учебных часов проведения физического воспитания в образовательных учреждениях среднего профессионального образования, в высших

учебных заведениях I-II уровня аккредитации (в настоящий момент это техникумы и колледжи системы среднего профессионального образования).

4. Основные принципы ГФСК «ГТО ДНР».
5. Цели Концепция формирования здорового образа жизни детей и молодежи.
6. Стратегическая цель Концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Донецкой Народной Республике на период до 2025 года.

#### ***Практическое занятие 5***

1. Результат деятельности обучающихся в СиВПОУ в рамках физической культуры.
2. Мероприятия физического воспитания в образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования.
3. Медико-педагогическое сопровождение: содержание, цели и задачи.

#### ***Практическое занятие 6***

1. Обязательный медицинский профилактический осмотр.
2. Критерии комплексной оценки здоровья учащихся и студентов.
3. Методы диагностики уровня здоровья.
4. Градации уровня здоровья: высокий; выше среднего; средний; ниже среднего; низкий.
5. Группы здоровья.
6. Педагогическое наблюдение (мониторинг) психофизического развития.
7. Параметры оценки физического развития и особенности их оценки.
8. Параметры оценки физической подготовленности.
9. Параметры оценки психического развития студентов.
10. Общественные факторы, не связанные с обучением и воспитанием.
11. Компоненты учебной деятельности обучающихся, способствующие сохранению здоровья.

#### ***Практическое занятие 7***

1. Классификация и характеристика групп здоровья.
2. Классификация групп для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная медицинская группа.
3. Методика определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья обучающихся
4. Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания.

#### ***Практическое занятие 8***

1. Задачи медико-педагогического наблюдения.
2. Внешние признаки утомления.
3. Моторная и общая плотность урока.
4. Типы реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку. Метод определения типа реакции на физическую нагрузку.

#### ***Практическое занятие 9***

1. Характеристика контингента учащихся подготовительной группы.
2. Реализация принципов физического воспитания.
3. Классификация физических упражнений по признаку развивающего и оздоровительного эффекта.
4. Характеристика упражнений с малой и умеренной реакцией организма.
5. Сроки допуска к занятиям по ФВ после некоторых перенесенных в острой форме заболеваний. Рекомендуемые виды ДА. Противопоказания.

#### ***Практическое занятие 10***

1. Средства физического воспитания ослабленных студентов.
2. Общие и специальные воздействия физических упражнений.

3. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений: стимулирующее, трофическое, компенсаторное действия; нормализация нарушенных функций.
4. Закаливание: принципы, средства, результат.
5. Особенность оздоровительных упражнений: пространственные и временные характеристики, темп, ритм.
6. Характеристика упражнений в занятиях с ослабленными студентами (учащимися): малой, умеренной и высокой интенсивности.

### ***Практическое занятие 11***

1. Характеристика подгруппы «А» специальной медицинской группы.
2. Особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «А».
3. Перечень ограничений и рекомендации по рациональному двигательному режиму.
4. Общие правила развития отдельных двигательных качеств при отклонениях в состоянии здоровья.

### ***Практическое занятие 12***

1. Характеристика подгруппы «Б» специальной медицинской группы.
2. Особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «Б».
3. Периодизация процесса по ФВ в СМГ.
4. Структура занятия со студентами СМГ.

### ***Практическое занятие 13-14***

1. Перечень противопоказаний и ограничений при работе со студентами при заболеваниях ССС.
2. Характеристика упражнений, используемых в работе со студентами при патологии ССС.
3. Метод «рассеивания» нагрузки.
4. Методы достижения развивающих эффектов на деятельность ССС (Булич, 1991).

### ***Практическое занятие 15-16***

1. Принципы дозирования нагрузки на занятиях в СМГ.
2. Характеристика общей нагрузки.
3. Характеристика локальной нагрузки.
4. Тренирующая нагрузка на занятиях в СМГ.
5. Правила увеличения нагрузки (по объему и интенсивности).
6. Особенности двигательного режима на занятиях в группе А СМГ.
7. Особенности двигательного режима на занятиях в группе Б СМГ.
8. Критерий правильности дозирования нагрузки ?
9. Врачебно-педагогический контроль.

### ***Практическое занятие 17-18***

1. Допустимые тесты для оценки двигательных качеств (физическая подготовленность).
2. Тесты для определения общей выносливости.
3. Тесты скоростно-силовых качеств.
4. Тест для определения сила мышц пояса верхних конечностей;
5. Тест на определение координационных возможностей;
6. Тест на силовую выносливость;
7. Кистевая динамометрия;

8. Тест Горяной, «Скручивание».
9. Функциональные пробы: Штанге, Генчи, Руфье.
10. Методика определения уровня физического здоровья Г.Л. Апанасенко.

#### ***Практическое занятие 19***

1. Особенности физкультурно-оздоровительной программы для студентов с хроническими формами ССС (в подготовительной и специальной медицинской группах)..
2. Допустимые объем и интенсивность физической нагрузки при хронических формах ССС.
3. Противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов.
4. Сроки допуска к занятиям после перенесенных в острой форме патологий ССС (адаптационные срывы: расстройства ритма; артериальная гипертензия; гипотонические состояния).
5. Методы развивающих эффектов на деятельность ССС (по Булич).
6. Принцип рассеивания нагрузки.

#### ***Практическое занятие 20***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях с хроническим течением (обструктивный бронхит и бронхиальная астма) (в подготовительной и специальной медицинской группах).
2. Противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов.
3. Специальные рекомендации по дозированию ФН и подбору ФУ.
4. Задачи дыхательной гимнастики.
5. Методика дыхательной гимнастики по Стрельниковой.
6. Техника дренажного массажа.
7. Контроль эффективности специально-оздоровительных воздействий на функцию дыхания и кардиореспираторной производительности (допустимые тесты).

#### ***Практическое занятие 21***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях пищеварительной системы с хроническим течением (язвенная болезнь, гипер-, гипоацидный гастрит).
2. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний пищеварительной системы. Сроки допуска.
3. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений.
4. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях гепатобиллиарной системы с хроническим течением (дискинезия желчевыводящих путей гипо- и гиперфункция).
5. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний гепатобиллиарной системы. Сроки допуска (гепатит; холецистит).
6. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений.
7. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима.
8. Методики самомассажа и его место в физкультурно-оздоровительном процессе.

#### ***Практическое занятие 22***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при нефрологических патологиях с хроническим течением.
2. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при нефропатиях.
3. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при гинекологических заболеваниях с хроническим и острым течением.
4. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при заболеваниях гинекологического профиля.
5. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при после перенесенных в острой форме нефрологических патологий. Сроки допуска и рекомендации по расширению двигательного режима. Меры самопрофилактики.

### ***Практическое занятие 23***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при расстройствах вегетативной регуляции.
2. Состояния острого перенапряжения в различных системах организма: меры профилактики. Правила расширения двигательного режима.
3. Коррекционные методики с элементами различных видов спорта при расстройствах вегетативной регуляции.
4. Хронически диагностируемые состояния острого перенапряжения.
5. Коррекция, профилактика указанных состояний. Вспомогательные средства и методы.
6. Упражнения в расслаблении: цели, механизм действия.
7. Четыреступенчатая система упражнений в расслаблении И.В. Лавицкой.
8. Задачи преподавателя при освоении занимающимися упражнений в расслаблении.
9. Методические подходы к выполнению упражнений в расслаблении.

### ***Практическое занятие 24***

1. Сахарный диабет: клиника, симптомы, особенности методики занятий ЛФК.
2. Меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки.
3. Ожирение: типы, степень тяжести, особенности методики занятий ЛФК.
4. Меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки.

### ***Практическое занятие 25***

1. Физическая реабилитация при фиксированные нарушения системы ОДА у занимающихся в СМГ.
2. Особенности процесса реабилитации студентов при сколиотической болезни.
3. Особенности процесса реабилитации студентов остеохондрозе позвоночного столба.
4. Особенности процесса реабилитации студентов нестабильность шейного отдела, наличии межпозвоночных грыж и протрузий дисков.
5. Особенности процесса реабилитации студентов при патологии стоп.
6. Физическая реабилитация после травматических повреждений различных звеньев системы ОДА и их последствий.
7. Сроки допуска к занятиям после травматических повреждений. Принципы и алгоритм организации реабилитационного процесса.

## **6. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.**

Виды самостоятельной работы студентов: выполнение домашних заданий, проработка лекционного материала, составление опорных конспектов, выполнение заданий для СРС, текущее тестирование, подготовка к практическим занятиям, подготовку к тематическому тестированию, подготовка к модульному контролю.

№ занятия	Тема	Кол-во часов	
		Очная	Заочная
1.	Введение в дисциплину	4	8
2.	Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи	4	8
3.	Основные требования к организации занятий по физической культуре средних и высших профессиональных образовательных учреждениях.	4	10
4.	Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СиВПОУ.	4	8
5.	Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям	4	10
6.	Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы	4	8
7.	Противопоказания и ограничения к выполнению физических Упражнений в СМГ с учетом заболевания	4	8
8.	Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе	4	10
9.	Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся.	4	10
10.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечнососудистой системы (ССС)	8	12
11.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы	10	12
12.	Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы	10	12
13.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой системы	10	14
14.	Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции	8	12
15.	Особенности методики организации занятий в группах при эндокринных заболеваниях	8	12
16.	Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата	8	12
17.	ВСЕГО:	98	164

### Задания для СРС

#### *Тема 1. Введение в дисциплину*

1. Проанализируйте современный научный взгляд на проблему здоровья учащейся и студенческой молодежи.
2. Изучите и законспектируйте группы эндогенные и экзогенных факторов.
3. Определите корригируемые факторы.
4. Систематизируйте знания в отношении факторов (функций) определяющих уровень соматического здоровья человека.
5. Особенности структуры соматической патологии студенческой молодежи.
6. Разберитесь в понятии «критерий оптимальной нормы ДА».
7. Законспектируйте данные суммарной суточной ДА студенческой молодежи в возрасте 15-17 лет, 18-20 лет.

8. Законспектируйте данные о средневозрастных суточных энерготратах студентов возрастной группы 15-19 лет, гендерные различия.
9. Законспектируйте содержание 6 групп интенсивности движений.
10. Записать данные о составляющих физической подготовленности индивида.
11. Изучите лекционный материал. Законспектируйте данные о структуре и особенности содержания действующей базовой программы по физическому воспитанию в системе среднего и высшего профессионального образования.
12. Стратегические и текущие цели физического воспитания в системе среднего и высшего профессионального образования.
13. Изучить и законспектировать задачи образовательного процесса по ФВ обучающихся с ослабленным здоровьем.
14. Знать круг общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций магистра, изучившего учебную дисциплину.

## ***Тема 2. Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи***

1. Изучить в сети Интернет перечень нормативных документов, регламентирующих мероприятия в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи.
2. Сделать краткий конспект изученного по алгоритму лекции отвечая на вопросы:
  - a. Условия для реализации государством конституционного права граждан заниматься ФК и спортом.
  - b. Основные принципы законодательства о физической культуре (статья 5 действующего Закона «О физической культуре и спорте»).
  - c. Задекларированный объем учебных часов проведения физического воспитания в образовательных учреждениях среднего профессионального образования, в высших учебных заведениях I-II уровня аккредитации (в настоящий момент это техникумы и колледжи системы среднего профессионального образования).
  - d. Основные принципы ГФСК «ГТО ДНР».
  - e. Цели Концепции формирования здорового образа жизни детей и молодежи.
  - f. Стратегическая цель Концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Донецкой Народной Республике на период до 2025 года.

## ***Тема 3. Основные требования к организации занятий по физической культуре средних и высших профессиональных образовательных учреждений***

1. Изучить **структуру** медико-педагогического сопровождения образовательного процесса по ФВ в средних и высших профессиональных учебных заведениях. Законспектировать содержание, цели и задачи.
2. Знать структуру и принципы организации обязательный медицинский профилактический осмотр учащихся и студентов.
3. Изучить и законспектировать критерии комплексной оценки здоровья учащихся и студентов.
4. Знать методы диагностики уровня здоровья.
5. Знать градации уровня здоровья: высокий; выше среднего; средний; ниже среднего; низкий.
6. Группы здоровья.
7. Знать содержание и принципы педагогического наблюдения (мониторинга) психофизического развития обучающихся.
8. Параметры оценки физического развития и особенности их оценки.
9. Параметры оценки физической подготовленности.
10. Параметры оценки психического развития студентов.
11. Знать, как проводится анализ общественных факторов, не связанных с обучением и воспитанием студенческой молодежи.

12. Компоненты учебной деятельности обучающихся, способствующие сохранению здоровья.

***Тема 4. Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СиВПОУ.***

1. Знать классификацию и характеристику групп здоровья.
2. Знать характеристику групп для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная медицинская группа.
3. Изучить и понимать принцип определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья обучающихся.
4. Задачи медико-педагогического наблюдения.
5. Внешние признаки утомления.
6. Моторная и общая плотность урока.
7. Типы реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку. Метод определения типа реакции на физическую нагрузку.

***Тема 5. Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям***

1. Знать характеристику контингента учащихся подготовительной группы.
2. Понимать реализацию принципов физического воспитания.
3. Знать и понимать классификацию физических упражнений по признаку развивающего и оздоровительного эффекта.
4. Уметь давать характеристику упражнениям с малой и умеренной реакцией организма.
5. Сроки допуска к занятиям по ФВ после некоторых перенесенных в острой форме заболеваний. Рекомендуемые виды ДА. Противопоказания.
6. Средства физического воспитания ослабленных студентов.
7. Общие и специальные воздействия физических упражнений.
8. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений: стимулирующее, трофическое, компенсаторное действия; нормализация нарушенных функций.
9. Закаливание: принципы, средства, результат.
10. Особенность оздоровительных упражнений: пространственные и временные характеристики, темп, ритм.
11. Характеристика упражнений в занятиях с ослабленными студентами (учащимися): малой, умеренной и высокой интенсивности.

***Тема 6. Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы***

1. Понимать особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «А» СМГ.
2. Перечень ограничений и рекомендации по рациональному двигательному режиму.
3. Уметь применять общие правила развития отдельных двигательных качеств при отклонениях в состоянии здоровья.
4. Понимать особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «Б» СМГ.
5. Знать периодизацию процесса по ФВ в СМГ и Структура занятия со студентами СМГ.

***Тема 7. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в СМГ с учетом заболевания***

1. Знать перечень противопоказаний и ограничений при работе со студентами при заболеваниях ССС.

2. Понимать механизмы действия и принципы использования в программе упражнений, используемых в работе со студентами при патологии ССС.
3. Метод «рассеивания» нагрузки.
4. Методы достижения развивающих эффектов на деятельность ССС (Булич, 1991).
5. Составить таблицу «Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания». По системам организма.

#### ***Тема 8. Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе***

1. Знать принципы дозирования нагрузки на занятиях в СМГ.
2. Характеристика общей нагрузки.
3. Характеристика локальной нагрузки.
4. Какие нагрузки считаются тренирующими на занятиях в СМГ.
5. Правила увеличения нагрузки (по объему и интенсивности).
6. Особенности двигательного режима на занятиях в группе А СМГ.
7. Особенности двигательного режима на занятиях в группе Б СМГ.
8. Критерий правильности дозирования нагрузки?
9. Врачебно-педагогический контроль.

#### ***Тема 9. Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся.***

1. Знать и уметь проводить тесты допустимые для оценки двигательных качеств студентов (физическая подготовленность):

- Тесты для определения общей выносливости.
- Тесты скоростно-силовых качеств.
- Тест для определения сила мышц пояса верхних конечностей;
- Тест на определение координационных возможностей;
- Тест на силовую выносливость;
- Кистевая динамометрия;
- Тест Горяной, «Скручивание».
- Функциональные пробы: Штанге, Генчи, Руфье.
- Методика определения уровня физического здоровья Г.Л. Апанасенко.

#### ***Тема 10. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечно-сосудистой системы (ССС)***

1. Знать особенности физкультурно-оздоровительной программы для студентов с хроническими формами ССС (в подготовительной и специальной медицинской группах).

2. Уметь определять допустимые объем и интенсивность физической нагрузки при хронических формах ССС.

3. Знать противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов.

4. Ориентироваться в сроках допуска к занятиям после перенесенных в острой форме функциональных расстройств ССС.

#### ***Тема 11. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы***

1. Знать Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях с хроническим течением (обструктивный бронхит и бронхиальная астма) (в подготовительной и специальной медицинской группах).

2. Противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов.

3. Знать специальные рекомендации по дозированию ФН и подбору ФУ.

4. Знать задачи дыхательной гимнастики.

5. Владеть методикой дыхательной гимнастики по Стрельниковой.

6. Владеть техникой дренажного массажа.

7. Уметь осуществлять контроль эффективности специально-оздоровительных воздействий на функцию дыхания и кардиореспираторной производительности (допустимые тесты).

### ***Тема 12. Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы***

1. Знать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях пищеварительной системы с хроническим течением (язвенная болезнь, гипер-, гипоацидный гастрит).

2. Понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний пищеварительной системы. Сроки допуска.

3. Знать и уметь объяснять противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений.

4. Понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях гепатобиллиарной системы с хроническим течением (дискинезия желчевыводящих путей гипо- и гиперфункция).

5. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний гепатобиллиарной системы. Сроки допуска (гепатит; холецистит).

6. Знать противопоказания и уметь обосновывать рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений.

7. Ориентироваться в сроках допуска и уметь составлять рекомендации по расширению двигательного режима.

8. Владеть методиками самомассажа при заболеваниях ЖКТ и гепатобиллиарной системы.

### ***Тема 13. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой системы***

1. Понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при нефрологических патологиях с хроническим течением.

2. Знать противопоказания и уметь обосновывать рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при нефропатиях.

3. Понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при гинекологических заболеваниях с хроническим и острым течением.

4. Знать противопоказания и уметь обосновывать рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при заболеваниях гинекологического профиля.

5. Понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при перенесенных в острой форме нефрологических патологий.

6. Ориентироваться в сроках допуска и уметь составлять рекомендации по расширению двигательного режима. Знать меры самопрофилактики.

### ***Тема 14. Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции.***

1. Знать и понимать особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при расстройствах вегетативной регуляции.

2. Понимать механизм развития состояний острого перенапряжения в различных системах организма: меры профилактики. Правила расширения двигательного режима.

3. Знать коррекционные методики с элементами различных видов спорта при расстройствах вегетативной регуляции.

4. Хронически диагностируемые состояния острого перенапряжения ведущих систем организма.

5. Коррекция, профилактика указанных состояний. Вспомогательные средства и методы.

6. Знать упражнения в расслаблении: цели, механизм действия.

7. Изучить четырехступенчатая система упражнений в расслаблении И.В. Лавицкой.
8. Знать задачи преподавателя при освоении занимающимися упражнений в расслаблении.
9. Изучить методические подходы к выполнению упражнений в расслаблении.

**Тема 15. Особенности методики организации занятий в группах при эндокринных заболеваниях.**

1. Систематизировать знания по теме: «Сахарный диабет: клиника, симптомы, особенности методики занятий ЛФК».
2. Знать меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки в работе со студентами при сахарном диабете.
3. Систематизировать знания по теме: «Ожирение: типы, степень тяжести, особенности методики занятий ЛФК».
4. Знать меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки.

**Тема 16. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата**

1. Систематизировать знания в отношении организации процесса ФВ при патологиях ОДА: сколиотической болезни; остеохондрозе позвоночного столба.
2. Понимать особенности процесса реабилитации студентов нестабильность шейного отдела, наличии межпозвоночных грыж и протрузий дисков.
2. Понимать особенности процесса реабилитации студентов при патологии стоп.
3. Систематизировать знания по физической реабилитации после травматических повреждений различных звеньях системы ОДА и их последствий.
4. Ориентироваться в сроках допуска к занятиям после травматических повреждений.
5. Систематизировать знания о принципах и алгоритмах организации реабилитационного процесса в зависимости от степени тяжести и локализации травматического процесса.

**7. Индивидуальные задания**

Индивидуальное задание не предусмотрено.

**8. Контрольные вопросы к промежуточной аттестации (экзамен), модульному контролю**

**Тема 1. Вступление в дисциплину.**

1. Современный научный взгляд на проблему здоровья учащейся и студенческой молодежи.
2. Перечислите группы эндогенные и экзогенных факторов развития и прогрессирования заболеваний у молодежи.
3. Какие факторы развития патологий считаются корригируемыми и каково их значение при составлении физкультурно-оздоровительной программы.
4. Какие факторы (функций) определяющие уровень соматического здоровья человека Вы знаете?
5. Перечислите объективные критерии функций соматического здоровья человека?
6. Особенности структуры соматической патологии студенческой молодежи?
7. Что понимают под критерием оптимальной нормы двигательной активности человека?
8. Какие шесть групп интенсивности движений Вы знаете?
9. Какие составляющие физической подготовленности индивида Вы знаете?
10. Структура и особенности содержания действующей базовой программы по физическому воспитанию в системе среднего и высшего профессионального образования?
11. Стратегические и текущие цели физического воспитания в системе среднего и высшего профессионального образования?
12. Задачи образовательного процесса по ФВ обучающихся с ослабленным здоровьем.

## ***Тема 2. Законодательство в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи***

1. Какие нормативные документы, регламентируют комплекс мероприятия в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и молодежи ДНР ?
2. Какие правовые документы (Законы) обеспечивают условия для реализации государством конституционного права граждан Республики заниматься физической культурой и спортом?
3. Каковы основные принципы законодательства о физической культуре (статья 5 действующего Закона «О физической культуре и спорте»)?
4. Каковы основные принципы ГФС «ГТО ДНР»?
5. Назовите цели Концепция формирования здорового образа жизни детей и молодежи.
6. В чем выражается стратегическая цель Концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Донецкой Народной Республике на период до 2025 года?

## ***Тема 3. Основные требования к организации занятий по физической культуре средних и высших профессиональных образовательных учреждениях***

1. **Структура** медико-педагогического сопровождение образовательного процесса по ФВ в средних и высших профессиональных учебных заведениях. Цели и задачи.
2. Структура и принципы организации обязательного медицинского профилактического осмотра учащихся и студентов.
3. Какие критерии комплексной оценки здоровья учащихся и студентов Вы знаете?
4. Перечислить методы диагностики уровня здоровья.
5. Характеристики градации уровня здоровья: высокий; выше среднего; средний; ниже среднего; низкий.
6. Охарактеризовать группы здоровья.
7. Содержание и принципы педагогического наблюдения (мониторинга) психофизического развития обучающихся.
8. Параметры оценки физического развития учащихся (студентов) и особенности их оценки.
9. Параметры оценки физической подготовленности студентов
10. Параметры оценки психического развития студентов.
11. Какие компоненты учебной деятельности студентов, способствуют сохранению здоровья?

## ***Тема 4. Процедурные вопросы медико-педагогического сопровождения физического воспитания в СивПОУ.***

1. Дать характеристику групп для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная медицинская группа.
2. Каков принцип определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья обучающихся?
3. Задачи медико-педагогического наблюдения как формы контроля за эффективностью образовательного процесса по физическому воспитанию?
4. Охарактеризуйте внешние признаки утомления.
5. Дайте характеристику моторной и общей плотности занятия по физическому воспитанию
8. Характеристика типов реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку. Метод определения типа реакции на физическую нагрузку.

## ***Тема 5. Особенности работы с обучающимися в группах по медицинским показаниям***

1. Охарактеризуйте критерии отбора студентов для физического воспитания в подготовительной группе.
2. Раскройте смысл принципов физического воспитания применительно к студентам специальной медицинской группы.
3. Дать классификацию физических упражнений по признаку развивающего и оздоровительного эффекта.
4. Охарактеризовать физические упражнения, вызывающие в организме малую и умеренную ответную реакцию.
5. Рекомендуемые виды двигательной активности после перенесенных в острой форме заболеваний. Противопоказания при возобновлении занятий по физическому воспитанию.
6. Какие средства физического воспитания используются в образовательном процессе ослабленных студентов.
7. Охарактеризуйте общие и специальные воздействия физических упражнений.
8. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений: стимулирующее, трофическое, компенсаторное действия; нормализация нарушенных функций.
9. Закаливание в процессе физического воспитания студентов: принципы, средства, результат.
10. Перечислите особенности оздоровительных упражнений: пространственные и временные характеристики, темп, ритм.
11. Характеристика упражнений в занятиях с ослабленными студентами (учащимися): малой, умеренной и высокой интенсивности.

#### ***Тема 6. Особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы***

1. Каковы особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «А» СМГ?
2. Перечень ограничений и рекомендации по рациональному двигательному режиму для студентов подгруппы «А»?
3. Каковы общие правила развития отдельных двигательных качеств у студентов при отклонениях в состоянии здоровья?
4. Каковы особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «Б» СМГ?
5. Охарактеризуйте периодизацию процесса по ФВ в СМГ. Структура занятия со студентами СМГ.

#### ***Тема 7. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в СМГ с учетом заболевания***

1. Дайте перечень противопоказаний и ограничений при работе со студентами при заболеваниях ССС.
10. Опишите механизмы действия и принципы использования упражнений в работе со студентами с патологией ССС.
11. Метод «рассеивания» нагрузки?
12. Содержание методов достижения развивающих эффектов на деятельность ССС (Булич, 1991).

#### ***Тема 8. Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе***

1. Раскрыть содержание принципов дозирования нагрузки на занятиях в СМГ.
2. Что вложено в понятие «общая физическая нагрузка»?
3. Как Вы понимаете понятие «локальная физическая нагрузка»?
4. Тренирующая дозировка физических нагрузок: чем характеризуется и когда используется?
5. Правила увеличения нагрузки (по объему и интенсивности).

6. Особенности двигательного режима на занятиях в подгруппе А СМГ (максимально возможная ЧСС; оздоровительно-тренирующая ЧСС; принцип увеличения физических в течение курса реабилитации).

7. Особенности двигательного режима на занятиях в подгруппе Б СМГ (диапазон ЧСС на оздоровительно-тренировочных занятиях; правила построения учебно-образовательного процесса).

8. Что является критерием правильности дозирования физической нагрузки на занятиях со студентами подгруппы «Б» СМГ?

13. Врачебно-педагогический контроль: содержание, цели, задачи, периодичность, формы.

### ***Тема 9. Тестовый контроль функциональных возможностей и физической подготовленности занимающихся.***

1. Какие принципы оценивания уровня физической подготовленности учащихся (студентов) следует использовать в СМГ?

2. От чего зависит выбор тестового упражнения для студентов СМГ?

3. Какие тесты используются в СМГ для определения общей выносливости?

4. Тестовые упражнения для оценки скоростно-силовых качеств студентов в СМГ.

5. Тест для определения сила мышц пояса верхних конечностей в процессе оценивания физической подготовленности студентов, относящихся к СМГ.

6. Допустимые в системе контроля студентов СМГ тесты на определение координационных возможностей?

7. Используются ли в системе контроля в СМГ тесты на определение силовой выносливости? Если – да, то какие варианты тестовых упражнений?

8. Кистевая динамометрия: информативность метода.

9. Цель и содержание тестов: Горюхой, «Скручивание».

10. Цель и содержание функциональных проб: Штанге, Генчи, Руфье.

11. Методика определения уровня физического здоровья Г.Л. Апанасенко: цель, задачи, содержание.

### ***Тема 10. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях сердечно-сосудистой системы (ССС)***

1. Охарактеризуйте особенности физкультурно-оздоровительной программы для студентов с хроническими формами ССС (в подготовительной и специальной медицинской группах).

2. Допустимые объем и интенсивность физической нагрузки при хронических формах ССС.

3. Противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов для студентов СМГ с патологией ССС.

4. Принцип «рассеивания физической нагрузки»: характеристика, механизм действия, показания.

### ***Тема 11. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях респираторной системы***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях системы дыхания с хроническим течением (обструктивный бронхит и бронхиальная астма). Методика занятий в подготовительной и специальной медицинской группах.

2. Противопоказания, рекомендации по подбору упражнений и контрольных тестов для студентов с патологиями респираторной системы.

3. Специальные рекомендации по дозированию физических нагрузок и подбору физических упражнений в работе со студентами при заболеваниях дыхательной системы.

4. Дыхательная гимнастика: показания и содержание методик.

5. Методика дыхательной гимнастики Стрельниковой.
6. Дренажный массаж: механизм действия, показания к применению.
7. Контроль эффективности специально-оздоровительных воздействий на функцию дыхания и кардиореспираторной производительности (допустимые тесты).

***Тема 12. Особенности методики организации занятий в группах с патологией пищеварительной системы***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях пищеварительной системы с хроническим течением (язвенная болезнь, гипер-, гипоацидный гастрит).
2. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний пищеварительной системы. Сроки допуска.
3. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений в программе физкультурно-оздоровительных занятий со студентами при заболеваниях ЖКТ.
4. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при заболеваниях гепатобиллиарной системы с хроническим течением (дискинезия желчевыводящих путей гипо- и гиперфункция).
5. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме заболеваний гепатобиллиарной системы. Сроки допуска (гепатит; холецистит).
6. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при патологиях гепатобиллиарной системы.
7. Методики самомассажа при заболеваниях ЖКТ и гепатобиллиарной системы.

***Тема 13. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях мочевыделительной и половой системы***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при нефрологических патологиях с хроническим течением.
2. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при нефропатиях.
3. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при гинекологических заболеваниях с хроническим и острым течением.
4. Противопоказания и рекомендации по режиму ДА, и подбору физических упражнений при заболеваниях гинекологического профиля.
5. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы после перенесенных в острой форме нефрологических патологий.
6. Рекомендации по расширению двигательного режима при заболеваниях нефрологического профиля.
7. Меры самопрофилактики при патологиях мочеполовой системы.

***Тема 14. Особенности методики организации занятий в группах при расстройствах вегетативной регуляции.***

1. Особенности методики физкультурно-оздоровительной работы при расстройствах вегетативной регуляции у студентов средних и высших профессиональных учебных заведений.
2. Опишите механизм развития состояний острого перенапряжения в различных системах организма. Меры профилактики перенапряжения. Правила расширения двигательного режима в расстройствах вегетативной регуляции.
3. Коррекционные методики с использованием элементов различных видов спорта в процессе физического воспитания студентов с расстройствами вегетативной регуляции.
4. Хронически диагностируемые у студентов, состояния острого перенапряжения ведущих систем организма: коррекция, профилактика,

5. Упражнения в расслаблении и их место в программе физического воспитания студентов СМГ с диагностированными расстройствами вегетативной регуляции . Цели, механизм действия.
7. Четырехступенчатую система упражнений в расслаблении И.В. Лавицкой.
8. Сформулируйте задачи преподавателя при освоении занимающимися с расстройствами вегетативной регуляции упражнений в расслаблении.
9. Изучить методические подходы к выполнению упражнений в расслаблении студентами с расстройствами вегетативной регуляции.

***Тема 15. Особенности методики организации занятий в группах студентов при эндокринных заболеваниях.***

1. Сахарный диабет: клиника, симптомы, особенности методики занятий ЛФК.
2. Меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки в работе со студентами при сахарном диабете.
3. Ожирение: типы, степень тяжести, особенности методики занятий ЛФК.
4. Меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки при ожирении.
5. Меры самопрофилактики, методы контроля дозирования нагрузки при сахарном диабете.

***Тема 16. Особенности методики организации занятий в группах при патологиях системы опорно-двигательного аппарата***

1. Организации процесса ФВ студентов при патологиях ОДА сколиотической болезни.
2. Организации процесса ФВ студентов при патологиях ОДА остеохондрозе позвоночного столба.
3. Особенности процесса реабилитации студентов при нестабильности шейного отдела, наличия межпозвоночных грыж и протрузий дисков.
4. Особенности процесса реабилитации студентов при патологии стоп.
5. Физическая реабилитация после травматических повреждений в различных звеньях системы ОДА и их последствий.
6. Принципы и алгоритмы организации реабилитационного процесса в зависимости от степени тяжести и локализации травматического процесса.

**9. Образец экзаменационного билета**

**ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Институт физической культуры и спорта**

Направление подготовки:	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Магистерская программа:	Адаптивная физическая культура
Программа подготовки:	Академическая магистра
Квалификация:	Магистр
Форма обучения:	Очная

**Билет 1.**

1. Назовите цели Концепция формирования здорового образа жизни детей и молодежи.
2. Типы реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку. Метод определения типа реакции на физическую нагрузку.
3. Каковы особенности организации образовательного процесса по ФВ со студентами подгруппы «Б» СМГ?

4. Допустимые объем и интенсивность физической нагрузки на занятиях ФК при хронических формах ССС.
5. Структура и принципы организации обязательного медицинского профилактического осмотра учащихся и студентов.

Утверждено на заседании кафедрой адаптивной физической культуры, протокол № \_\_\_\_ от  
 “\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Зав. кафедрой**  
**Экзаменатор**

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

#### **Критерии оценивания экзамена**

<b>Номер задания</b>	<b>Количество баллов</b>
Задание 1	5
Задание 2	5
Задание 3	5
Задание 4	5
Задание 5	5
<b>Всего</b>	<b>25</b>

#### **10. Образец тестового задания при наличии**

Пример тестового задания

##### **1. Параметры оценки физической подготовленности студентов**

- A. Длина и масса тела; пропорции развития отдельных частей тела; степень развития функциональных способностей организма.
- B. Жизненная емкость легких; мышечная сила кистей рук; развитие мускулатуры и мышечный тонус; состояние осанки.
- C. Состояние опорно-двигательного аппарата; развитие подкожного жирового слоя, которые зависят от дифференцировки и зрелости клеточных элементов органов и тканей, функциональных способностей нервной системы и эндокринного аппарата.
- D. Длина и масса тела; пропорции развития отдельных частей тела; степень развития функциональных способностей организма; жизненная емкость легких; мышечная сила кистей рук; развитие мускулатуры и мышечный тонус; состояние осанки; состояние опорно-двигательного аппарата.
- E. Длина и масса тела; жизненная емкость легких; мышечная сила кистей рук; развитие мускулатуры и мышечный тонус; состояние осанки; состояние опорно-двигательного аппарата.

#### **11. Критерии оценивания**

По курсу предполагается проведение (промежуточная аттестация в виде зачета), модульного контроля, тематического оценивания в форме устного ответа на практических занятиях, решения тестовых заданий и выполнения заданий для СРС.

Распределение баллов, которые могут получить студенты в процессе изучения дисциплины (зачет)

Тематическое оценивание	Выполнение заданий для СРС	Модульный контроль	Сумма баллов
max 60 баллов	max 20 баллов	max 20 баллов	100

Критерии оценивания знаний по дисциплине (промежуточная аттестация экзамен), состоит из модульного контроля, тематического оценивания в форме устного ответа на практических занятиях и выполнения заданий для СРС. Экзамен сдают студенты с целью повышения рейтинга.

Распределение баллов, которые могут получить студенты в процессе изучения дисциплины

Тематическое оценивание	Выполнение заданий для СРС	Модульный контроль	Экзамен	Всего
max 30 баллов	max 20 баллов	max 25 баллов	max 25 баллов	100 баллов

**Шкала соответствия баллов национальной шкале**

Оценка по шкале ECTS	Оценка по 100-балльной шкале	Оценка по государственной шкале (экзамен, дифференцированный зачет)	Оценка по государственной шкале (зачет)
A	90–100	5 (отлично)	зачтено
B	80–89	4 (хорошо)	зачтено
C	75–79	4 (хорошо)	зачтено
D	70-74	3 (удовлетворительно)	зачтено
E	60-69	3 (удовлетворительно)	зачтено
FX	35-59	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи	не зачтено
F	0–34	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов	не зачтено

**12. Материально-техническое обеспечение учебного процесса**

Лекционные и практические занятия проводятся в аудитории, оснащенной мультимедийной техникой и доской.

**13. Рекомендованная литература**

№ п/п	Наименование	Кол-во экземпляров в библиотеке ДонНУ	Наличие электронной версии в ЭБС
<b>Основная литература</b>			
1	Гетова С.Г. Медико-педагогическое сопровождение образовательного процесса по физической культуре в образовательных учреждениях среднего профессионального образования / С.Г. Гетова, С.С. Люгайло, А.Г. Лунёв, Ю.А. Григоренко Ю.А.. – ГОДПО «Институт развития профессионального образования. – 2019. – 63 с.		+
2	Игнатьева Т. Лечебная йога [Электронный ресурс] / Т. Игнатьева. – СПб.: Питер Пресс, 2008. – 1 униф. опт. диск DVD	<b>39 экз абонем.</b>	
3	Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді [Текст]: учеб. для студентів вищих навчальних закладів, Видання 2-ге /Т.Ю. Круцевіч, . М. І. Воробьев, Г. В. Безверхня – К.: «Олимпийская		+

	литература». – 2013. – 317 с.		
4	Марченко О.К. Основы физической реабилитации [Текст]: учеб. Для студентов вузов / О.К. Марченко. – К.: Олимпийская литература. – 2012. – 528 с.	<b>40 экз</b>	
5	Общие вопросы физической реабилитации: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов всех факультетов по основам физической реабилитации / сост.: Ю.А. Гришун, С.С. Люгайло; ДИФКС. – Донецк, 2016 – 71с. (CD)		+
6	Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений. / Т.Ю.Круцевич. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 396 с.	<b>5 экз</b>	+
7	Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студ. вузов: рек. М-вом образования РФ / [И. С. Барчуков и др.]; под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 430 с.		+
8	Физическая культура: учебник для студентов вузов, обучающихся по дисциплине «Физическая культура» / [М. Я. Виленский и др.]; под ред. М. Я. Виленского. – 2-е изд., стер. – М.: Кнорус, 2013. – 424 с.		+
9	Футорный С. М. Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи: [монография] / С. М. Футорный. – К.: Саммит-книга, 2014. – 296 с.		+
<b>Дополнительная литература</b>			
10	Кашуба В.А. Моделирование и интегрирование информационной среды формирования здорового образа жизни в образовательный процесс высших учебных заведений /В.А. Кашуба, С.М. Футорный//Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. – 2017. – Вип.1. – С. 46-49		+
11	Кашуба В. А. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Теория и методика физ. культуры. – Алматы, 2012. – № 1. – С. 73-81.		+
12	Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник/ В.М. Мухін. – 3-тє вид, переробл та доповн. – К.: Олімп. Л-ра, 2009. – 488 с.	<b>32 экз</b>	
13	Потапчук А.А. Физическая реабилитация при хронической обструктивной болезни легких [Электронный ресурс] / А.А. Потапчук, Ю.Г. Крылова // Адаптивная физическая культура. – 2016. - №2. – С.14-15.		+
14	Рудницкая, Л. Лечебная гимнастика для позвоночника / Л. Рудницкая. – СПб.: Питер, 2017. – 160с.	<b>2 экз. абонемент</b>	+

15	Семенов Л.А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: [монография] / Л.А. Семенов. – М.: Советский спорт, 2007. – 168 с.		+
----	--	--	---

#### **14. Информационные ресурсы**

1. Библиотека ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет» <http://library.donnu.ru>