

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ТУЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Утверждаю:

Ректор



М.В. Грязев

Подпись

19.07.2018 г.



ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

«Лечебная физкультура и спортивная медицина».

«Врач лечебной физкультуры и спортивной медицины».

Срок освоения программы – 576 часов.

Тула 2018 год

1. Цель реализации программы

Целью программы профессиональной переподготовки является приобретение слушателями новых профессиональных компетенций, необходимых для нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации.

Область профессиональной деятельности врача лечебной физкультуры и спортивной медицины включает охрану здоровья граждан путем обеспечения оказания высококвалифицированной медицинской помощи в соответствии с установленными требованиями и стандартами в сфере здравоохранения.

Объектами профессиональной деятельности врача лечебной физкультуры и спортивной медицины являются: физические лица (пациенты), население, совокупность средств и технологий, направленных на создание условий для охраны здоровья граждан.

Виды профессиональной деятельности врача лечебной физкультуры и спортивной медицины: профилактическая, диагностическая, лечебная, реабилитационная, психолого-педагогическая, организационно-управленческая.

2. Планируемые результаты обучения

Результатом обучения по программе профессиональной переподготовке направлены на получение новых компетенций обучающегося необходимых для нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации.

Перечень компетенций обучающегося, планируемых к формированию в результате освоения программы профессионально переподготовки:

- готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);

- готовностью к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-2);

- способность и готовность анализировать закономерности функционирования отдельных органов и систем пациентов и лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ПК-3);

- способность и готовность давать рекомендации больным с различной патологией по выбору оптимального режима двигательной активности в зависимости от морфофункционального статуса (ПК-4);

- способность и готовность осуществлять врачебный контроль за лицами разного возраста и пола, занимающимися физической культурой и спортом (ПК-5);

- способность и готовность осуществлять медицинское обеспечение оздоровительной и реабилитационной тренировки, а также соревнований (ПК-6)

- готовностью к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан в медицинских организациях и их структурных подразделениях (ПК-7);

- готовностью к участию в оценке качества оказания медицинской помощи с использованием основных медико-статистических показателей (ПК-8).

В результате освоения программы профессионально переподготовки обучающийся должен:

знать:

- основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан и нормативно-правовые акты Российской Федерации, определяющие деятельность органов и учреждений здравоохранения, основы медицинского страхования;

- законодательство Российской Федерации по вопросам организации службы лечебной физкультуры и спортивной медицины;

- принципы социальной гигиены, биосоциальные аспекты здоровья и болезни; основы медицинской этики и деонтологии;

- принципы организации лечебно-диагностического процесса в медицинской организации;

- правовые, организационные, экономические аспекты применения современных информационно-коммуникационных технологий в здравоохранении;

- общественно значимые моральные нормы и основы нравственного поведения;

- организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине в условиях лечебно-профилактических учреждений;

- организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине, профессиональные обязанности, нормативные документы по специальности;

- задачи органов здравоохранения по развитию физической культуры как составной части профилактической медицины;

- общие вопросы организации врачебно-физкультурной службы в Российской Федерации;

- организацию работы врачебно-физкультурных диспансеров, кабинетов ЛФК и врачебного контроля поликлиники и спортивных сооружений;

- формы и методы санитарно-просветительной работы;

- анатомо-физиологические, возрастные и половые особенности здорового и больного человека в связи с занятиями ЛФК, физической культурой и спортом;

- закономерности функционирования отдельных органов и систем, их регуляции и саморегуляции в норме, при занятиях физической культурой и спортом;

- методику физического воспитания в дошкольных учреждениях, в школе, в средних и высших учебных заведениях;

- основы спортивной тренировки;

- средства и методы спортивной тренировки;

- физиологию физических упражнений;

- биохимию мышечной деятельности;

- динамическую анатомию, биомеханику движений;
- причины возникновения спортивных травм, предпатологических и патологических состояний в организме спортсменов, механизм их развития и клинические проявления;
- клинико-лабораторные симптомы и синдромы заболеваний спортсменов, тактику ведения больных спортсменов;
- содержание и объем врачебных обследований (первичного, повторного, дополнительного и др.) занимающихся физической культурой и спортом с целью допуска к занятиям, тренировкам и соревнованиям;
- содержание и объем врачебных исследований при диспансеризации спортсменов во врачебно-физкультурном диспансере;
- методические основы лечебной физкультуры; дозирование физической нагрузки;
- средства и формы лечебной физкультуры;
- показатели физического развития и методы его оценки;
- методы оценки физической работоспособности (толерантности к физической нагрузке);
- клинические проявления, методы диагностики, осложнения, принципы лечения и профилактики заболеваний и травм, при которых используют лечебную физкультуру;
- показатели физического и функционального состояния организма в норме, при патологии и при физических нагрузках;
- особенности реакции на физическую нагрузку в различные возрастные периоды;
- показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры;
- показания и противопоказания к назначению лечебного массажа;
- аппаратуру и оборудование кабинетов лечебной физкультуры и спортивной медицины, возможности их применения и использования, технику безопасности при работе с медицинскими аппаратами, приборами и тренажерами;
- санитарно-гигиенические нормы для залов групповых и индивидуальных занятий лечебной гимнастикой, кабинета механотерапии, тренажеров, бассейна лечебного плавания и гимнастики в воде, спортплощадок, маршрутов пешеходных и лыжных прогулок, терренкура и др. сооружений (устройства, размеры, освещение, вентиляция, температура воздуха и воды);
- классификацию гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений в лечебной физкультуре;
- расчетные нормы нагрузки специалистов по лечебной физкультуре и спортивной медицине (врача, инструктора-методиста, инструктора, медсестры по массажу);
- формы и методы профилактической работы среди спортсменов и населения;
- морфо-функциональные характеристики спортсменов различных видов спорта;
- клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечения физического перенапряжения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, функции печени и почек;

- клинические проявления и методы диагностики заболеваний, повреждений и дефектов организма (в том числе врожденных), препятствующих отбору в профессиональный спорт;

- систему восстановления и повышения специальной спортивной работоспособности;

- программу медицинского обследования лиц, занимающихся массовыми видами спорта, оздоровительной физкультурой и физвоспитанием;

- принципы оздоровительного спорта, диагностики физического здоровья и оценки эффективности оздоровления;

- сочетание форм, средств и методов оздоровительного спорта в рецептуре здоровье сохраняющих и здоровье восстанавливающих медицинских технологий;

- функциональные методы исследования в спортивной медицине и лечебной физкультуре (системы кровообращения, дыхательной системы, нервно-мышечной);

- методы биохимического и иммунологического контроля в спорте;

- абсолютные медицинские противопоказания к занятиям физической культурой и спортом для лиц различного пола и возраста;

- содержание и объем врачебно-педагогических наблюдений с целью управления тренировочным процессом спортсменов, а также при проведении процедур ЛФК;

- основы рационального питания и витаминизация спортсменов различных специальностей;

- фармакологическое воздействие на организм медицинских препаратов: запрещенные лекарственные препараты в спорте (допинги), фармакологические средства восстановления спортсменов и их классификация.

уметь:

- определить необходимость специальных методов исследования (лабораторных, нейровизуализационных, функциональных, медико-генетических), организовать их выполнение и уметь интерпретировать их результаты;

- применять информационные технологии для решения задач в своей профессиональной деятельности;

- получить от пациента (больного, лица, занимающегося физкультурой, спортсмена) информацию о степени его физической подготовленности, собрать общий и спортивный анамнез;

- провести оценку физического состояния организма, выполнить функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы;

- определить физическую работоспособность методами тестирования;

- дать заключение о здоровье и функциональном состоянии организма, определить толерантность к физической нагрузке, допуск к занятиям физкультурой и спортом и их адекватность состоянию здоровья;

- оформить необходимую документацию по учету работы и отчетности, проанализировать ее;

- обосновать дозировку физических нагрузок, выбрать формы, средства и методы для общего оздоровления и повышения спортивной работоспособности лиц, занимающихся физкультурой и спортом;

- оценить состояние здоровья с указанием группы здоровья (основная, подготовительная, специальная);
- оценить физическое развитие и физическую работоспособность;
- оценить данные электрокардиографии при физических нагрузках и других инструментальных методах исследования сердечно-сосудистой системы;
- оценить данные функции внешнего дыхания и газообмена;
- оценить данные функциональных проб (с физической нагрузкой, дыхательные, вегетативные);
- оценить функциональное состояние нервно-мышечного аппарата;
- оценить клинические и биохимические показатели крови и мочи при физических нагрузках;
- организовать по показаниям дополнительные исследования и оценить показатели здоровья и функциональных систем организма спортсменов с учетом специфики видов спорта;
- определять методику и дозировку занятий на тренажерах, в лечебном бассейне, маршрутов пешеходных прогулок и терренкура и др. спортивно-прикладных упражнений и спортивных игр для здоровых и больных;
- осуществлять врачебно-педагогические наблюдения на занятиях лечебной физкультурой, учебно-тренировочных занятиях массовой физкультурой и спортом и оценивать адекватность физической нагрузки объективными методами исследования;
- объективно оценивать эффективность воздействия на человека оздоровительного спорта;
- осуществлять процедуры лечебного и спортивного массажа;
- осуществлять методическое руководство и контроль за деятельностью инструкторов-методистов, инструкторов по лечебной физкультуре, медсестер по массажу;
- осуществлять врачебные консультации пациентам, населению и спортсменам по использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья;
- осваивать и внедрять в практику новые современные методики лечебной и оздоровительной физкультуры;
- организовать и осуществлять медицинское обеспечение лиц (первичное, углубленное, текущее, этапное), занимающихся различными видами спорта и физической культуры в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований;
- осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, питанием спортсменов);
- осуществлять восстановительные мероприятия спортсменам после физических нагрузок и медицинскую реабилитацию после травм и заболеваний.

иметь навыки:

- расспроса больного, сбора анамнестических и катamnестических сведений, наблюдения за пациентом;
- использования диагностических и оценочных шкал, применяемых в лечебной физкультуре и спортивной медицине;

- распознавания и лечения неотложных состояний в спортивной медицине;
- расчета и анализа статистических показателей, характеризующих состояние здоровья населения и системы здравоохранения (ПК-6; ПК-7);
- анализа деятельности различных подразделений медицинской организации;
- составления различных отчетов, подготовки организационно- распорядительных документов;
- оформления официальных медицинских документов, ведения первичной медицинской документации;
- общения по формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;
- методики и дозировкой лечебного и спортивного массажа;
- частных методик лечебной физкультуры для больных в терапии, хирургии, травматологии и ортопедии, неврологии, урологии, акушерстве и гинекологии, при заболеваниях ЛОР органов, при глазных болезнях, в стоматологии, в т.ч. методики лечебной физкультуры для детей;
- проведения индивидуальных и групповых занятий по лечебной гимнастике при заболеваниях различных органов и систем;
- врачебно-педагогических наблюдений за занимающимися физической культурой и спортом;
- проведение и оценка функциональных проб (Руфье, Гарвардский стептест, пробы Штанге и Генчи, клиноортостатическая проба), физической работоспособности и толерантности к физической нагрузке;
- методики функциональной диагностики в спортивной медицине;
- установки диагноза и назначение комплексного лечения спортсменам;
- использования различных средств восстановления спортсменов;
- организации и проведения медицинского обеспечения занятий физической культурой и спортом;
- методики допинг-контроля в спорте;
- методики спортивного отбора;
- методики спортивной тренировки и соревнований спортсменов-инвалидов.

3. Учебный план

Срок освоения: 576 часов

Форма обучения: очная

Порядок обучения: одновременно и непрерывно

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа	Форма контроля
			Виды учебных занятий и учебных работ				
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ*		
1	Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины	16	16	-	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
2	Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности	36	20	16	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
3	Методика физвоспитания и тренировок. Гигиена физических упражнений	36	20	16	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
4	Определение и оценка физического развития	36	20	16	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
5	Функциональные методы исследований	36	24	12	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
6	Общие основы лечебной физкультуры	36	36	-	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
7	Клиническая лечебная физкультура	180	126	54	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
8	Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом	72	60	12	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
9	Заболевания и травмы у спортсменов	36	30	6	-	-	Промежуточная аттестация (зачет)
10	Система восстановления	36	20	16	-	-	Промежу-

	и повышения спортивной работоспособности																	точная аттестация (зачет)
11	Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий	24	24							-								Промежуточная аттестация (зачет)
12	Массаж	26	10	16														Промежуточная аттестация (зачет)
Итоговая аттестация		6																Экзамен
Итого:		576																

4. Календарный учебный график

Недели Дисциплины	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины	16																
Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности		36															
Методика физвоспитания и тренировок. Гигиена физических упражнений			36														
Определение и оценка физического развития				36													
Функциональные методы исследований					36												
Общие основы лечебной физкультуры						36											
Клиническая лечебная физкультура							36	36	36	36	36						
Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом												36	36				
Заболевания и														36			

травмы у спортсменов																	
Система восстановления и повышения спортивной работоспособности																36	
Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий																24	
Массаж																12	14
Итоговая аттестация																	6

Примечание: неделя – период времени продолжительностью 7 дней.

5. Рабочие программы дисциплин

Рабочая программа дисциплины

«Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины»

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Организация лечебной физкультуры	4	4			
2.	Тема 2. Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях.	3	3			
3.	Тема 3. Организационные основы спортивной медицины	3	3			
4.	Тема 4. Медицинская этика и деонтология	3	3			
5.	Тема 5. Санитарно-просветительная работа	3	3			

Рабочая программа дисциплины

«Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности»

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физиология физи-	14	8	6		

	ческих упражнений					
2	Тема 2. Биохимия мышечной деятельности	14	8	6		
3	Тема 3. Динамическая анатомия	8	4	4		

**Рабочая программа дисциплины
«Методика физвоспитания и тренировок. Гигиена физических упражнений»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Теория и методика физического воспитания	14	8	6		
2	Тема 2. Основы спортивной тренировки	14	8	6		
3	Тема 3. Гигиена физических упражнений	8	4	4		

**Рабочая программа дисциплины
«Определение и оценка физического развития»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Методы определения и оценки физического развития	14	8	6		
2	Тема 2. Соматоскопия, антропометрия, антропометрические стандарты, метод индексов	14	8	6		
3	Тема 3. Методы определения деформаций опорно-двигательного аппарата	8	4	4		

**Рабочая программа дисциплины
«Функциональные методы исследований»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Функциональные исследования системы кровообращения при физических нагрузках	9	6	3		
2	Тема 2. Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках	9	6	3		
3	Тема 3. Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках	9	6	3		
4	Тема 4. Методы биохимического и иммунологического контроля в спорте	9	6	3		

**Рабочая программа дисциплины
«Общие основы лечебной физкультуры»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Метод физической реабилитации и его характерные особенности	6	6			
2	Тема 2. Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре	6	6			
3	Тема 3. Формы физической реабилитации	6	6			
4	Тема 4. Лечебно-оздоровительные формы физкультуры	6	6			
5	Тема 5. Психофизическая тренировка	6	6			
6	Тема 6. Мануальная терапия позвоночника и суставов.	6	6			

**Рабочая программа дисциплины
«Клиническая лечебная физкультура»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	6	5	1		
2	Тема 2. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания	6	5	1		
3	Тема 3. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения	6	5	1		
4	Тема 4. Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена веществ	6	5	1		
5	Тема 5. Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей	6	5	1		
6	Тема 6. Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей	6	5	1		
7	Тема 7. Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата	6	4	2		
8	Тема 8. Физическая реабилитация больных с заболеваниями опорно-двигательного аппарата	6	4	2		
9	Тема 9. Физическая реабилитация больных с деформацией опорно-двигательного аппарата	6	4	2		
10	Тема 10. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях челюстно-лицевой области	6	4	2		
11	Тема 11. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей	6	4	2		
12	Тема 12. Лечебная физ-	6	4	2		

	культура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей					
13	Тема 13. Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных	12	8	4		
14	Тема 14. Физическая реабилитация больных в нейрохирургии	12	8	4		
15	Тема 15. Лечебная физкультура в детской хирургии	12	8	4		
16	Тема 16. Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы	9	6	3		
17	Тема 17. Физическая реабилитация больных при заболеваниях и травмах периферической нервной системы	9	6	3		
18	Тема 18. Массаж в реабилитации неврологических больных	9	6	3		
19	Тема 19. Лечебная физкультура в клинике нервных болезней у детей	9	6	3		
20	Тема 20. Физические упражнения в акушерстве	12	8	4		
21	Тема 21. Физическая реабилитация больных в гинекологии	12	8	4		
22	Тема 22. Массаж в акушерстве и гинекологии	12	8	4		

**Рабочая программа дисциплины
«Врачебный контроль за занимающимися физической культурой»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Врачебный контроль за физическим воспитанием	18	15	3		
2	Тема 2. Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры	18	15	3		
3	Тема 3. Углубленное медицинское обследование	6	5	1		

	спортсменов					
4	Тема 4. Тестирование физической работоспособности	6	5	1		
5	Тема 5. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом	6	5	1		
6	Тема 6. Роль врача в управлении тренировочным процессом	6	5	1		
7	Тема 7. Питание спортсменов. Антидопинговый контроль	6	5	1		
8	Тема 8. Биоритмы в спорте	6	5	1		

**Рабочая программа дисциплины
«Заболевания и травмы у спортсменов»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Профилактика заболеваний спортсменов	6	6	-		
2	Тема 2. Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой и других систем организма	8	6	2		
3	Тема 3. Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов	8	6	2		
4	Тема 4. Спортивные травмы	14	12	2		

**Рабочая программа дисциплины
«Система восстановления и повышения спортивной работоспособности»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			Самостоятельная работа
			Виды учебных занятий и учебных работ			
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе	18	10	8		
2	Тема 2. Методы восстановления спортивной работоспособности	18	10	8		

**Рабочая программа дисциплины
«Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и
спортивных мероприятий»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований	12	12			
2	Тема 2. Врачебный контроль на соревнованиях спортсменов-инвалидов	12	12			

**Рабочая программа дисциплины
«Массаж»**

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Всего часов	В том числе			
			Виды учебных занятий и учебных работ			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Иные виды учебных занятий и учебных работ	
1	Тема 1. Общие основы массажа	8	4	4		
2	Тема 2. Лечебный массаж	6	2	4		
3	Тема 3. Спортивный массаж	6	2	4		
4	Тема 4. Массаж у детей	6	2	4		

6. Организационно-педагогические условия реализации программы профессиональной переподготовки

6.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Для проведения лекционных занятий требуется аудитория, оборудованная настенным экраном (переносным экраном), проектором, ноутбуком и аудиосистемой.

Для проведения практических (семинарских) занятий требуется учебные макеты, плакаты, слайды, методические разработки.

Для проведения итоговой аттестации требуется аудитория для проведения тестирования.

6.2 Перечень учебно-методического и информационного обеспечения

1. Белоцерковский З.Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов // М.: Советский спорт. 2005. 311 с.
2. Бирюков А.А. Лечебный массаж. // М.: Советский спорт. 2000. 293 с.
3. Детская спортивная медицина. (под ред. проф. С.Б.Тихвинского и проф. С.В.Хрущева). Изд. 2-е. // М. Медицина. 1991. 560 с.
4. Геселевич В.А. Актуальные вопросы спортивной медицины // М.: Советский спорт. 2004. 232 с.
5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура // М.: Геотар-Мед, 2002, - 559 с.
6. Журавлева А.И., Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура.- М: Медицина, 1993, - 432 с.
7. Белая Н.А. Руководство по лечебному массажу. 2-е изд. // М., Медицина, 1983. 283 с.
8. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Остеохондроз позвоночника (диагностика, лечение, профилактика) // М.: МЕДпресс-информ. 2008. 271 с.
9. Избранные лекции по спортивной медицине. Научный редактор проф. Поляев Б.А. // М.: Натюрморт. 2003, Т.1. 191 с.
10. Каптелин А.Ф. Восстановительное лечение (лечебная физкультура, массаж и трудотерапия) при травмах и деформациях опорно-двигательного аппарата. М. Медицина, 1969. 404 с.
11. Лечебная физическая культура при заболеваниях в детском возрасте (под ред. проф.С.М. Иванова). М., Медицина, 1983. 399 с.
12. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов // М.: Советский спорт. 2004. 157 с.
13. Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней // Изд.3-е, М. Медицина, 1977. 375 с.
14. Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике нервных болезней. Изд.3-е, М.Медицина,-1982, - 224 с.
15. Кузин М.И., Шкроб О.С., Капелиович Р.Л., Янкелевич Е.И. Лечебная гимнастика в грудной хирургии. – М: Медицина, 1984, - 175 с.
16. Николаева Л.Ф., Аронов Д.М. Реабилитация больных ишемической болезнью сердца.М.Медицина, 1988, 287 с.
17. Плотников В.П., Поляев Б.А., Мирошникова Ю.В. Уроки спортивной медицины // М.: ФГУ «ЦСМ ФМБА России». 2010. 91 с.
18. Силуянова В.А., Кавторова Н.Е. Учебное пособие по лечебной физкультуре в акушерстве и гинекологии // М.: 1977. 87 с.
19. Спортивная медицина (под ред проф.А.Г.Дембо) // М.: Физкультура и спорт. 1975. 366 с.
20. Спортивная медицина (под ред. проф.В.Л.Карпмана) // М.Физкультура и спорт. 1980. 350 с.
21. Спортивная медицина (под ред. проф.А.В.Чоговадзе и проф. Л.А.Бутченко) // М. Медицина, 1984. 383 с.
22. Чоговадзе А.В., Круглый М.М. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте // М. Высшая школа, 1977. 175 с.

23. Якобашвили В.А., Макарова Г.А., Игельник М.Л., Бесчастная В.В. Сердце в условиях спортивной деятельности. Физиологические и учебно-педагогические аспекты // М.: Советский спорт. 2006. 233 с.

24. Янда Владимир. Функциональная диагностика мышц // М.: ЭКСМО. 2010. 350 с.

25. Журнал "Вестник восстановительной медицины"

26. Журнал «Российский журнал восстановительной медицины»

27. Журнал «Физиотерапия, бальнеология и реабилитация»

28. Электронный читальный зал «БИБЛИОТЕХ»: учебники авторов ТулГУ по всем дисциплинам.- Режим доступа: <https://tsutula.bibliotech.ru/>, по паролю.- Загл. с экрана

29. ЭБС IPRBooks универсальная базовая коллекция изданий.-Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>, по паролю.- - Загл. с экрана

30. Научная Электронная Библиотека eLibrary – библиотека электронной периодики, режим доступа: <http://elibrary.ru/> , по паролю.- Загл. с экрана.

31. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: портал [Электронный ресурс]. - Режим доступа : <http://window.edu.ru.> - Загл. с экрана.

32. Электронно-библиотечная система (ЭБС) Консультант-студента (договор с ООО «Институт проблем управления здравоохранением», № 3К/12-039 от 29.12.2012г , <http://www.studmedlib.ru>

33. Электронная библиотека «Научное наследие России» - <http://www.e-nasledie.ru/index.html>

34. Российский общеобразовательный портал Министерство образования и науки РФ. Система Федеральных образовательных порталов.- Режим доступа: <http://www.school.edu.ru/default.asp>

35. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Профессиональное образование / Медицинское и фармацевтическое образование.- Режим доступа: http://window.edu.ru/window/catalog_p_rubr=2.2.81

36. Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова.- Режим доступа: <http://www.mma.ru/>

37. Российский государственный медицинский университет им. Н. И. Пирогова.- Режим доступа: <http://rsmu.ru/>

38. Российская академия наук.- Режим доступа: <http://www.ras.ru/>

6.3 Требования к кадровому обеспечению

Реализация программы повышения квалификации осуществляется педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации программы на иных условиях.

7 Формы аттестаций и оценочные материалы

Промежуточная аттестация обучающегося по программе профессиональной переподготовки осуществляется в виде зачета и проводится в форме тестирования. Критерием успешного прохождения обучающимся промежуточной аттестации является правильное решение не менее 70% тестовых заданий по каждой дисциплине.

Итоговая аттестация обучающегося по программе профессиональной переподготовки осуществляется аттестационной комиссией в виде экзамена и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку врача-специалиста по функциональной диагностике в соответствии с содержанием образовательной программы.

К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план.

Оценка качества освоения программы осуществляется аттестационной комиссией на основе пятибалльной системы оценок по основным разделам программы в следующих формах:

1. Тестовый контроль (100 вопросов).

Тестовый этап засчитывается при правильных 70 и более ответах.

2. Собеседование по клинической задаче

Оценивается клиническое мышление слушателей курса. Ответ оформляется в письменном виде с последующим обсуждением с членами экзаменационной комиссии.

В случае успешного прохождения итоговой аттестации обучающемуся выдается документ о квалификации установленного образца – диплом о профессиональной переподготовке.

В приложении к программе профессиональной переподготовки приводятся примеры оценочных материалов для проведения промежуточных и итоговой аттестаций обучающегося.

8 Методические материалы по проведению итоговой аттестации

При планировании процедуры итоговой аттестации обучающихся целесообразно использовать соответствующие методические рекомендации Минобрнауки России (Письмо Минобрнауки России от 30 марта 2015 г. «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»).

В состав аттестационной комиссии для проведения итоговой аттестации целесообразно включать преимущественно педагогических работников, ведущих научную, учебно-методическую и (или) практическую работу, соответствующую профилю программы повышения квалификации.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

«Организация лечебной физкультуры и спортивной медицины»

1. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме
 - а) инструкций Комитета по физкультуре и спорту
 - б) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ
 - в) распоряжений вышестоящих должностных лиц
 - г) режима работы данного учреждения
 - д) норм врачебной этики и деонтологии

2. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит все перечисленное, кроме
 - а) оценки здоровья и функционального состояния спортсменов
 - б) оценки степени тренированности
 - в) рекомендаций лечебно-профилактических мероприятий
 - г) рекомендаций по режиму тренировочных нагрузок

3. Объем диспансерного обследования спортсменов (обязательный) включает
 - а) общий и спортивный анамнез
 - б) врачебный осмотр, исследование физического развития
 - в) проведение функциональных проб с физической нагрузкой
 - г) общие анализы крови и мочи
 - д) все перечисленное

4. Задачами диспансеризации ведущих спортсменов являются все перечисленное, кроме
 - а) укрепления здоровья
 - б) профилактики и выявления ранних признаков физического перенапряжения
 - в) содействия повышению спортивного мастерства и работоспособности
 - г) управления тренировочным процессом

5. Обязанности врача по спорту включают все перечисленное, кроме
 - а) диагностики физического перенапряжения у спортсменов
 - б) исследования физического развития у спортсменов и занимающихся физкультурой
 - в) диагностики различных заболеваний у спортсменов
 - г) выявления признаков отклонений у спортсменов в состоянии здоровья
 - д) проведения профилактических мероприятий заболеваемости и травматизма у спортсменов

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

«Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности»

1. Влияние физической тренировки на организм преимущественно проявляется

- а) через кожные рецепторы
- б) через сухожильные рецепторы
- в) через мышечные рецепторы
- г) через глазодвигательный нерв
- д) через слуховой нерв

2. Влияние физических тренировок на мышечную систему проявляется всем перечисленным, кроме

- а) повышения тонуса мышц
- б) гипертрофии мышц
- в) образованием новых сухожилий
- г) совершенствования координации движений
- д) повышения силы и выносливости мышц

3. Ориентировочный диапазон частоты сердечных сокращений в 1 мин при физической нагрузке максимальной интенсивности составляет

- а) 130-150 уд/мин
- б) 150-170 уд/мин
- в) 170-180 уд/мин
- г) 200-220 уд/мин
- д) 220-240 уд/мин

4. Контрольным тестом для определения качества быстроты у детей является

- а) теппинг-тест
- б) лазание по канату
- в) "челночный" бег
- г) прыжки в высоту

5. При интенсивной физической нагрузке креатинин в моче

- а) остается без изменений
- б) снижается
- в) увеличивается
- г) увеличивается или снижается

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Методика физвоспитания и тренировок.
Гигиена физических упражнений»

1. Основными вариантами тренировки спортсмена являются все перечисленные, кроме
 - а) равномерной тренировки
 - б) переменной тренировки
 - в) напряженной тренировки
 - г) повторной тренировки
 - д) контрольного прохождения дистанции

2. К основным мезоциклам тренировочного процесса относятся
 - а) контрольно-подготовительный
 - б) втягивающий
 - в) предсоревновательный
 - г) базовый и соревновательный

3. К факторам профилактики спортивного травматизма при использовании различных спортивных снарядов относятся
 - а) своевременный контроль за техническим состоянием и креплением снарядов
 - б) контроль за средствами страховки и защитными приспособлениями
 - в) наличие инструкции предельно допустимых нагрузок на снарядах
 - г) техническая подготовка спортсмена
 - д) все перечисленное

4. Признаками гипокинезии у школьников являются
 - а) повышенная частота пульса в покое
 - б) сниженная станова́я сила
 - в) увеличенная толщина подкожной жировой складки
 - г) снижение максимальной мощности выдоха
 - д) все перечисленное

5. К благоприятным фазам ответной реакции организма на водные процедуры относятся
 - а) фаза первичного озноба и активной гиперемии
 - б) фаза вторичного озноба и вторичной гиперемии
 - в) фаза вторичной гиперемии
 - г) фаза акроцианоза
 - д) ни одна из перечисленных

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Определение и оценка физического развития»**

1. К методам оценки физического развития относят:

- а) антропометрические взаимосочетания
- б) физические стандарты
- в) индексы
- г) взаимосовмещения
- д) антропометрические стандарты
- е) корреляция

2. Индекс Кетле учитывает

- а) рост
- б) вес
- в) объем груди
- г) обхват бедра
- д) правильно а) и б)

3. Жизненный индекс учитывает

- а) рост
- б) вес
- в) жизненную емкость легких
- г) обхват груди
- д) правильно б) и в)

4. При определении содержания подкожного жира (по Матейко) в организме учитывают все перечисленное, кроме

- а) средней толщины кожных складок
- б) веса
- в) роста
- г) объема грудной клетки

5. Для определения углов сгибания конечностей применяются

- а) прибор Билли-Кирхгофера
- б) калипер
- в) угломер
- г) сантиметровая лента
- д) правильно в), г)

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Функциональные методы исследований»**

1. К необходимым показателям для расчета максимального потребления кислорода (л/мин) непрямым методом после велоэргометрии относятся

- а) частота сердечных сокращений до нагрузки

- б) максимальная частота сердечных сокращений и максимальная мощность велоэргометрической нагрузки в кгм/мин
- в) мощность первой нагрузки в кгм/мин
- г) мощность второй нагрузки в кгм/мин

2. ЭКГ-критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются все перечисленные, кроме

- а) снижения сегмента ST
- б) частой экстрасистолии, пароксизмальной тахикардии, мерцательной аритмии
- в) атриовентрикулярной или внутрижелудочковой блокады
- г) резкого падения вольтажа зубцов R
- д) выраженного учащения пульса

3. Для оценки функционального состояния дыхательной системы используются тесты

- а) проба Штанге и Генчи
- б) проба Руфье
- в) проба Серкина
- г) проба Мартине

4. Для определения физической работоспособности спортсменов и физкультурников рекомендован ВОЗ

- а) тест Купера
- б) ортостатическая проба
- в) субмаксимальный тест PWC₁₇₀
- г) проба Мартине
- д) Гарвардский степ-тест

5. Функциональные пробы позволяют оценить все перечисленное, кроме

- а) состояния здоровья
- б) уровня функциональных возможностей
- в) резервных возможностей
- г) психоэмоционального состояния и физического развития

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Общие основы лечебной физкультуры»**

1. Механизмы действия физических упражнений на организм:

- а) Локомоторный
- б) Компенсаторный
- в) Двигательный
- г) Тонизирующий

2. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме

- а) назначения двигательного режима

- б) элементов психофизической тренировки
- в) занятий лечебной гимнастикой
- г) интенсивных физических тренировок
- д) все верно

3. Общие противопоказания в лечебной физкультуре

- а) гипостатической пневмонии и острого инфаркта миокарда
- б) кровотечения
- в) высокой температуры тела
- г) метастазирующие опухоли
- д) все перечисленное

4. Врач ЛФК врачебно-физкультурного диспансера обязан выполнять:

- а) специальные обследования больных, направленных на ЛФК
- б) контроль работы инструкторов ЛФК и массажистов
- в) тестирование физической работоспособности спортсменов
- г) определение методики физических упражнений для больных
- д) определение методики специальных физических упражнений спортсменов с травмами и заболеваниями

5. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме относятся:

- а) лечебная гимнастика
- б) дозированная ходьба
- в) малоподвижные игры
- г) бег «трусцой»
- д) тренировка на велотренажере

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Клиническая лечебная физкультура»**

1. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

- а) упражнения со статическим и динамическим усилием
- б) дыхательные упражнения статического и динамического характера
- в) упражнения на дистальные отделы конечностей
- г) упражнения на расслабление
- д) упражнения с предметом

2. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

- а) кашель с мокротой
- б) субфебрильная температура
- в) тахикардия
- г) потливость
- д) плохой сон

3. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

- а) исходное положение лежа на животе
- б) исходное положение сидя, положив руки на стол
- в) исходное положение основная стойка
- г) исходное положение на боку
- д) исходное положение на четвереньках

4. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?

- а) "дегтярный" стул
- б) наличие "ниши" на рентгенограмме
- в) Боли, зависящие от приема пищи
- г) плохой аппетит
- д) запоры

5. Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?

а) назначение общего массажа
б) применение механотерапии
в) общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной

- г) занятия на тренажерах
- д) контроль веса

6. Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?

- а) лечение положением
- б) применение пассивных упражнений
- в) применение активных упражнений
- г) упражнения на тренажерах
- д) упражнения с отягощением

7. Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:

- а) применение механотерапии
- б) применение трудотерапии
- в) применение массажа
- г) применение идеомоторных упражнений
- д) применение физиотерапевтического лечения

8. Особенности ЛФК перед пульмонэктомией:

а) применение специальных упражнений для активизации здорового легкого
б) применение специальных упражнений для активизации больного легкого
в) применение специальных упражнений для тренировки сердечной деятельности

- г) применение специальных упражнений на верхние конечности
- д) применение специальных упражнений на нижние конечности

9. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?

- а) с первых часов после инсульта
- б) после стабилизации общего состояния
- в) перед выпиской из стационара
- г) через 1-2 суток
- д) после выписки из стационара

10. Каковы противопоказания к назначению ЛФК в травматологии?

- а) период иммобилизации
- б) наличие металлоостеосинтеза
- в) наличие ложного сустава
- г) наличие болей
- д) снижение тонуса мышц

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

«Врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом»

1. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме
 - а) инструкций Комитета по физкультуре и спорту
 - б) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ
 - в) распоряжений вышестоящих должностных лиц
 - г) режима работы данного учреждения
 - д) норм врачебной этики и деонтологии

2. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит все перечисленное, кроме
 - а) оценки здоровья и функционального состояния спортсменов
 - б) оценки степени тренированности
 - в) рекомендаций лечебно-профилактических мероприятий
 - г) рекомендаций по режиму тренировочных нагрузок

3. Объем диспансерного обследования спортсменов (обязательный) включает
 - а) общий и спортивный анамнез
 - б) врачебный осмотр, исследование физического развития
 - в) проведение функциональных проб с физической нагрузкой
 - г) общие анализы крови и мочи
 - д) все перечисленное

4. Задачами диспансеризации ведущих спортсменов являются все перечисленное, кроме

- а) укрепления здоровья
- б) профилактики и выявления ранних признаков физического перенапряжения
- в) содействия повышению спортивного мастерства и работоспособности
- г) управления тренировочным процессом

5. Обязанности врача по спорту включают все перечисленное, кроме

- а) диагностики физического перенапряжения у спортсменов
- б) исследования физического развития у спортсменов и занимающихся физкультурой
- в) диагностики различных заболеваний у спортсменов
- г) выявления признаков отклонений у спортсменов в состоянии здоровья
- д) проведения профилактических мероприятий заболеваемости и травматизма у спортсменов

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Заболевания и травмы у спортсменов»**

1. К внешним причинам спортивных травм относятся

- а) неправильная организация и методика учебно-тренировочных занятий и соревнований
- б) неудовлетворительное состояние мест занятий, оборудования, спортивного инвентаря, одежды и обуви спортсмена
- в) неблагоприятные санитарно-гигиенические и метеорологические условия проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований
- г) нарушение правил врачебного контроля
- д) все правильно

2. К "внутренним" причинам спортивных травм не относятся

- а) состояние утомления
- б) изменение функционального состояния организма спортсмена, вызванное перерывом в занятиях или болезнью
- в) нарушение спортсменом биомеханической структуры движения
- г) выступления в жаркую и морозную погоду
- д) недостаточная физическая подготовленность спортсмена к выполнению данного вида упражнений

3. Для профилактики спортивного травматизма не следует

- а) своевременно проводить врачебный и врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья и физической подготовленностью спортсменов
- б) проводить санитарно-просветительную работу со спортсменами
- в) совершенствовать физическую и техническую подготовку спортсменов
- г) соблюдать гигиену физических упражнений и мест занятий

д) применять препараты, стимулирующие деятельность центральной нервной системы

4. Симптомами перелома костей носа являются

- а) деформации и боли в области носа
- б) затрудненное носовое дыхание
- в) подвижность и крепитация костных отломков
- г) гематомы в области век, носа, кровоизлияние в конъюнктиву глаза
- д) все перечисленное

5. Для травматического гемартроза коленного сустава характерно все перечисленное, кроме

- а) острой боли в суставе
- б) изменения контуров сустава с увеличением его окружности
- в) полной подвижности коленного сустава
- г) вынужденного полусогнутого положения конечности

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

«Система восстановления и повышения спортивной работоспособности»

1. Система восстановления работоспособности спортсмена включает все следующие группы средств, кроме

- а) педагогических
- б) медико-биологических
- в) психологических
- г) нейротропных

2. Специальные медико-биологические средства восстановления работоспособности спортсменов включают все перечисленное, кроме

- а) фармакологических
- б) гигиенических
- в) рационального питания
- г) физиотерапевтических
- д) психотерапевтических

3. Потребность каких питательных веществ увеличивается у представителей зимних видов спорта и пловцов в связи с значительными тепловыми потерями

- а) углеводы
- б) белки
- в) жиры
- г) минеральные вещества

4. Потребность в калии, кальции и фосфоре у спортсменов в сравнении с обычной потребностью взрослого человека возрастает

- а) в 2 раза
- б) в 4 раза
- в) в 6 раз
- г) в 8 раз

5. Фармакологическая коррекция восстановления работоспособности спортсмена осуществляется всеми перечисленными средствами, кроме

- а) нейротропных
- б) энергетического действия
- в) синтезирующих белок
- г) витаминов

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Организация медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»**

1. Требуют обязательного разрешения врача перед соревнованием все перечисленные виды спорта, кроме

- а) марафонского бега
- б) бокса
- в) прыжков в воду
- г) подводного спорта
- д) все перечисленное

2. Гигиеническим требованиям микроклимата спортивного зала соответствуют следующие физические показатели:

а) температура воздуха – 17⁰С, влажность воздуха – 55%, скорость движения воздуха – до 0,5 м/с;

б) температура воздуха – 20⁰С, влажность воздуха – 70%, скорость движения воздуха – до 0,6 м/с;

в) температура воздуха – 25⁰С, влажность воздуха – 80%, скорость движения воздуха – до 0,5 м/с;

г) температура воздуха – 7⁰С, влажность воздуха – 25%, скорость движения воздуха – до 0,1 м/с.

3. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибах:

- а) на место ушиба наложить тугую повязку;
- б) обеспечить покой пострадавшему;
- в) на место ушиба наложить холод;
- г) при необходимости доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

4. Определите последовательность оказания первой помощи при разрывах связок и мышц:

- а) придать поврежденной конечности возвышенное положение;

- б) на поврежденное место наложить холод;
- в) дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) наложить тугую повязку и обеспечить покой пострадавшему;
- д) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

5. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»

- а) от 9 августа 2010 г. № 613н
- б) от 15 августа 2012 г. № 613н
- в) от 9 августа 2010 г. № 313н
- г) от 15 августа 2012 г. № 313н

**Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Массаж»**

1. Массаж является:

- а) средством ЛФК
- б) формой ЛФК
- в) методом иглорефлексотерапии
- г) методом физиотерапевтического лечения
- д) физическим упражнением

2. Температура воздуха в массажном кабинете должна составлять:

- а) 19-20 °С
- б) 20-22 °С
- в) 22-24 °С
- г) 24-26 °С

3. Перерыв между курсами массажа в среднем должен составлять:

- а) 10 дней
- б) 20 дней
- в) 1 месяц
- г) 2 месяца

4. Для ослабления действия массажных приемов можно:

- а) проводить прием с отягощением
- б) увеличить угол между пальцами массажиста и массируемой поверхностью
- в) проводить прием с использованием веса тела массажиста
- г) проводить массаж со специальными смазывающими средствами

5. Преимуществами ручного массажа над аппаратным являются:

- а) более приятные ощущения для массируемого
- б) возможность оказания более дозированного воздействия

- в) большая эффективность во всех отношениях
- г) требует меньше физических затрат со стороны массажиста

Примеры оценочных материалов для проведения итоговой аттестации

Тестовые задания

1. Дыхательные упражнения являются общеукрепляющими:
 - а) для больных с бронхиальной астмой
 - б) для больных с острой пневмонией
 - в) для больных с переломом луча в типичном месте
 - г) для больных с острым бронхитом
 - д) для больных с ОРЗ

2. Ходьба закрытыми глазами является упражнением:
 - а) на равновесие и координацию
 - б) корригирующим
 - в) дренажным
 - г) изометрическим
 - д) идеомоторным

3. Действие маховых упражнений способствует:
 - а) устранению болевого синдрома
 - б) улучшению настроения
 - в) улучшению откашливания мокроты
 - г) расслаблению мышц и увеличению объема движений
 - д) повышению АД

4. Динамические упражнения по степени активности делятся на:
 - а) статические и динамические
 - б) диафрагмальные и дренажные
 - в) идеомоторные и симметричные
 - г) гимнастические и спортивные
 - д) активные и пассивные

5. Укажите средства, применяемые в ЛФК с использованием факторов природы:
 - а) лечебные ванны
 - б) воздушные ванны
 - в) антропометрия
 - г) динамометрия
 - д) гониометрия

6. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:

- а) уровень АД
- б) ЧСС
- в) частота дыхания
- г) вес, рост
- д) температура тела

7. Оптимальная моторная плотность при занятиях лечебной физкультурой:

- а) 10%
- б) 20%
- в) 95%
- г) 50%
- д) 100%

8. Медленный темп упражнений при занятиях лечебной физкультурой рекомендуется:

- а) при гипертонической болезни
- б) при гипотонической болезни
- в) при атанической колите
- г) при колькулезном холицистите
- д) при дискинезии желчевыводящих путей по гипомоторному типу

9. При грыже пищеводного отверстия диафрагмы противопоказаны:

- а) прыжки
- б) наклоны туловища вперед
- в) приседания
- г) повороты туловища на бок
- д) повороты головы

10. При спланхноптозе противопоказаны:

- а) прыжки и подскоки
- б) наклоны
- в) приседания
- г) повороты туловища
- д) повороты головы

Клинические задачи

Задача №1.

Больная, 58 лет, поступила с диагнозом: острое нарушение мозгового кровообращения по геморрагическому типу. После 6-ти дней пребывания в реанимации больная переведена в неврологическое отделение.

1. Какие методы ЛФК максимально возможны в отношении больной?

Задача №2.

Пациентка С., 43 г.

Жалобы: боль в области поясничного отдела позвоночника, онемение промежности, ягодицы, задней поверхности бедра, гипотония левой стопы, подъёмы артериального давления, нарушение памяти.

Анамнез заболевания: боли в шейном отделе возникли в 1995 г после родов, в 2000г автомобильная травма (ударилась лбом о стекло), с этого периода присоединились боли в грудном отделе позвоночника, на фоне массажа состояние улучшилось. С 2006г. постепенно боль появилась в поясничном отделе позвоночника с иррадиацией в левую ногу, возникла деформация позвоночника, на фоне новокаиновых блокад в левой ноге появилось острая стреляющая боль и онемение, появилась боль в правой ноге. С этого периода сохраняется онемение в левой ноге и гипотония левой стопы.

УЗИ: узлы в области щитовидной железы.

МРТ: протрузии дисков С3-4,4-5,5-6, Th5-6, Th6-7. Заднебоковая левосторонняя грыжа L5-S1 с выраженным перифокальным отёком, стеноз позвоночного канала на уровне L5;сосудистые нарушения головного мозга, открытая преимущественно внутренняя гидроцефалия.

Визуальная диагностика: неоптимальный статический стереотип, смещение ОЦТ назад и вправо за счет ШОП, расслабление длинных экстензоров шеи и грудино-ключично-сосцевидной мышцы справа, грудной гиперкифоз, поясничный гиперлордозсколиоз, дисбаланс квадратных мышц поясницы с преимущественным укорочением справа, гипотония большой ягодичной, экстензоров бедра, мышц стопы, икроножной мышцы слева.

1. Составить заключение и алгоритм лечения.

Задача №3.

Профессор, 75 лет. 2 года назад перенес острый инфаркт миокарда. Работает в вузе.

1. Назначьте адекватную двигательную активность.

Задача №4.

У студента И., 20 лет, в 10 лет диагностирован сахарный диабет 1 типа, инсулинозависимый.

1. Назовите особенности двигательного режима.

2. Какие осложнения могут возникнуть?

3. Какие виды спорта показаны? Что противопоказано?

Задача №5.

У спортсмена, демонстрирующего высокие результаты и находящегося на пике формы при исследовании иммунного статуса выявлено снижение содержания всех классов иммуноглобулинов.

1. С чем связано это явление? Ответ обоснуйте.

Задача №6

При проведении медицинской экспертизы спортивной деятельности обследуемый жалуется на редко возникающие приступы тахикардии (ЧСС в состоянии покоя достигает 200 уд/мин).

1. Составьте план обследования.

2. Каковы критерии допуска к тренировочной и соревновательной деятельности у данного пациента?

Задача №7

Спортсмен, занимающийся игровыми видами спорта накануне важных соревнований стал более раздражительным, агрессивным, тревожным, жалуется на беспокоящие его навязчивые мысли (мысли о проигрыше на соревнованиях), отмечаются тенденция к симуляции заболеваний. Спортивная работоспособность и мотивация снижены.

1. О чем свидетельствуют вышперечисленные симптомы?