ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Направление: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки: Физическая реабилитация

Дисциплина: Б1.В.ДВ.02.02 Методы контроля в процессе физической реабилитации

Кафедра: Физическая реабилитация

Курс 3 семестр 6 (на 20\_\_/20\_\_учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость/ балл | Тема занятий и виды контроля | Кол-во балловmin / max | Накопи-тельная «стоимость» /балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| **Первый семестр** |  |
|  | 0,5 | Лекция № 1. Определение физического развития и методы оценки физического развития |  |  |  |
|  |  | Лекция № 2. Методы контроля функционального состояния организма |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 1. Методы определения и оценки физического развития в процессе физической реабилитации**1-й Текущий контроль** | 0/11 | 0/11 |  |
|  |  | Практическое занятие № 2. Методика измерения в различных плоскостях движений головы, позвоночника, конечностей |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 3. Методы определения деформаций и нарушений опорно-двигательного аппарата |  |  |  |
|  |  | Лекция № 3. Определение физического состояния, физической работоспособности организма и толерантности его к физическим нагрузкам |  |  |  |
|  |  | Лекция № 4. Контроль физической нагрузки в процессе физической реабилитации |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 4. Функциональные пробы. Требования к проведению функциональных проб в процессе физической реабилитации. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 5. Адаптационные изменения в системах организма реабилитанта в процессе физической реабилитации. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 5. Виды подходов к контролю и оценке функционального состояния организма в процессе реабилитации (научно-исследовательский, прикладной). |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 6. Методы контроля адекватности нагрузок и эффективности в процессе физической реабилитации.**2-й Текущий контроль** | 3/6 | 3/17 |  |
|  |  | Практическое занятие № 7. Перенапряжение, утомление в процессе физической реабилитации. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 8. Зоны и интенсивность физических нагрузок в процессе физической реабилитации. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 6. Самоконтроль в процессе физической реабилитации |  |  |  |
|  |  | Лекция № 7. Механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 9. Способность приспосабливаться к изменениям внешней и внутренней среды.**3-й Текущий контроль** | 3/6 | 6/22 |  |
|  |  | Практическое занятие № 10. Функциональные резервы организма реабилитанта. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 11. Адаптивные перестройки. Адаптация организма к физическим нагрузкам и ее показатели. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 8. Адаптации организма к воздействию физических нагрузок |  |  |  |
|  |  | Лекция № 9. Физическое и функциональное состояние организма реабилитанта в процессе физической реабилитации |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 12. Значение оценки функционального состояния в процессе физической реабилитации.**4-й Текущий контроль** | 3/5 | 9/27 |  |
|  |  | Лекция № 10. Контроль физического и функционального состояния организма реабилитанта в процессе физической реабилитации |  |  |  |
|  |  | Лекция № 11. Функциональные исследования сердечно-сосудистой системы при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Лекция № 12. Методика проведения и принципы оценки сердечно-сосудистой системы при физических нагрузках на разных этапах физической реабилитации |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 13. Методика проведения и принципы оценки сердечно-сосудистой системы при физических нагрузках на этапе стационара; |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 14. Методика проведения и принципы оценки сердечно-сосудистой системы при физических нагрузках на этапе поликлиническом. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 15. Методика проведения и принципы оценки сердечно-сосудистой системы при физических нагрузках на санаторном этапе физической реабилитации. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 16. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы в процессе физической реабилитации.**5-й Текущий контроль** | 3/6 | 12/33 |  |
|  |  | Лекция № 13. Функциональные исследования опорно-двигательного аппарата при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Лекция № 14. Методы контроля и оценки амплитуды движений в суставах |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 17. Функциональное исследование биомеханической мобильности позвоночно-двигательных. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 18. Тестирование мобильности мелких суставов опорно-двигательного аппарата; |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 19. Методы контроля и оценки амплитуды движений в суставах верхних конечностей. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 20. Методы контроля и оценки амплитуды движений в суставах нижних конечностей. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 21. Триггерные точки. Разновидности триггерных точек**6-й Текущий контроль** | 1/4 | 13/37 |  |
|  |  | Практическое занятие № 22. Методики оценки функционального состояния позвоночника и стоп. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 15. Функциональное исследование дыхательной системы при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 23. Внешнее дыхание при физических нагрузках. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 16. Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Лекция № 17. Психологические и психофизические методы исследования центральной нервной системы |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 24. Исследование анализаторов (зрительный, слуховой, двигательный, вестибулярный) для контроля физических нагрузок в процессе физической реабилитации**7-й Текущий контроль** | 1/4 | 14/41 |  |
|  |  | Практическое занятие № 25. Порог чувствительности вестибулярного анализатора. |  |  |  |
|  |  | Лекция № 18. Функциональные исследования координационного обеспечения при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Лекция № 19. Методы исследования координационного обеспечения при физических нагрузках |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 26. Методы исследования равновесия, теоретические основы и принципы**8-й Текущий контроль** | 1/4 | 15/45 |  |
|  |  | Практическое занятие № 27. Тесты для оценки способности к кинестетическому дифференцированию. |  |  |  |
|  |  | Практическое занятие № 28. Тесты для оценки способности к ориентированию в пространстве**9-й Текущий контроль** | 13/15 | 18/60 |  |
| 2 рубежный контроль - тестирование | 5/10 | 70,0 |  |
| Промежуточный контроль (ЭКЗАМЕН) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей) | 22/30 | 100 |  |
| Итоговая сумма баллов за 8 семестр | 50/100 | 100 |  |