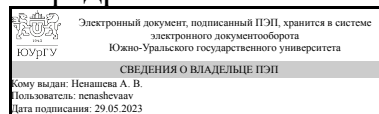


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



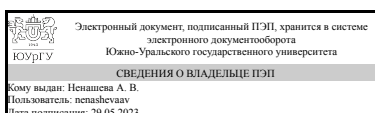
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М1.14.01 Технологии восстановления в физической культуре и спорте: проектное обучение
для направления 44.04.01 Педагогическое образование
уровень Магистратура
магистерская программа Современные технологии в педагогике образовательного процесса физической культуры и спорта
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

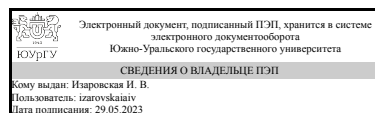
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 126

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



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доц., доцент



И. В. Изаровская

1. Цели и задачи дисциплины

Дисциплина направлена на практическое освоение использованию средств и методов физической реабилитации при всех основных формах патологии спортсменов: в травматологии и ортопедии, заболеваниях внутренних органов, заболеваниях и повреждениях различных систем у детей и др. Задачи изучения дисциплины: - обучение использованию средств, методов физической реабилитации для решения коррекционно-развивающих, компенсаторных, лечебных, профилактических, оздоровительных, воспитательных, образовательных задач. - обучение оценке коррекционных и компенсаторных возможностей конкретного спортсмена в соответствии со структурой нарушения и социально-личностными условиями его проявления; - обучение разработке и внедрению тренировочных программ, содействующие развитию психических и физических качеств у спортсменов с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания.

Краткое содержание дисциплины

Реабилитация в физической культуре и спорте: проектное обучение – профессиональная дисциплина, которая включает в себя обширный комплекс знаний, являющихся теоретическим фундаментом профессионального образования. В программе изложены основные принципы и нормы: Организационно-методические основы реабилитации; Физическая реабилитация при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата; Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-5 Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	Знает: Способы реализации проекта в команде с представителями различных национальностей. Имеет практический опыт: Реализации проекта в команде с представителями различных национальностей

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	Не предусмотрены

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

Нет

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 24,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		4
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
Аудиторные занятия:	12	12
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	12	12
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	83,5	83,5
Подготовка к экзамену	27	27
Выполнение исследовательских и творческих заданий	36,5	36,5
Написание тематических докладов, рефератов, эссе на проблемные темы	20	20
Консультации и промежуточная аттестация	12,5	12,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Организационно-методические основы восстановления в ФКиС	2	0	2	0
2	Технологии физического восстановления при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата в физической культуре и спорте	6	0	6	0
3	Технологии физического восстановления при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в физической культуре и спорте	4	0	4	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Понятия «восстановление», «физическое восстановление». Цели, задачи и принципы восстановления в физической культуре и спорте.	2
2, 3, 4	2	Общие принципы сочетания и последовательности применения физиотерапевтических средств, массажа и физических упражнений у спортсменов. Особенности подхода к выбору технологий восстановления в зависимости от локализации и характера повреждения.	6

5, 6	3	Технологии восстановления спортсменов с сердечно-сосудистыми заболеваниями в физической культуре и спорте	4
------	---	---	---

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к экзамену	Основная ЭУМД	4	27
Выполнение исследовательских и творческих заданий	ЭУМД осн. 5. с. 100-160; ЭУМД доп. 1 с. 35-64; ЭУМД доп. 3. с. 20-120	4	36,5
Написание тематических докладов, рефератов, эссе на проблемные темы	Учебно-методические материалы в электронном виде № 1: глава 3-13; ЭУМД, Основ. 1, с. 5-40 с.; ЭУМД, Осн. 4. 60-100с.;	4	20

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

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

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	4	Текущий контроль	Взаимосвязь постурального баланса и изменений на ЭКГ спортсменов: изучить статью и совместно составить методику реабилитации	1	35	35-задание выполнено полностью; 30-задание содержит 1 ошибку; 25-задание содержит 2 ошибки; 10-задание содержит 3 ошибки; 5-задание содержит 4 ошибки; 0-задание не выполнено.	экзамен
2	4	Текущий контроль	Изучить презентацию. В команде составить методику реабилитации спортсменов с болями в голеностопном, коленном и тазобедренном	1	25	25-задание выполнено полностью; 20-задание содержит 1 ошибку; 15-задание содержит 2 ошибки; 10-задание содержит 3 ошибки; 5-задание содержит 4 ошибки; 0-задание не выполнено.	экзамен

			суставах.				
3	4	Текущий контроль	Миофасциальный релиз: изучить книгу и совместно составить методику реабилитации	1	40	40-задание выполнено полностью; 30-задание содержит 1 ошибку; 15-задание содержит 2 ошибки; 10-задание содержит 3 ошибки; 5-задание содержит 4 ошибки; 0-задание не выполнено.	экзамен
4	4	Промежуточная аттестация	Вопросы к экзамену	-	5	Отлично: заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Хорошо: заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности. Удовлетворительно: выставляется студентам, допустившим погрешности не принципиального характера в ответе Неудовлетворительно: выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала,	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Экзамен проводится в письменной форме. Студенту даются 4 (два теоретических и 2 практических) вопроса из списка вопросов к экзамену. Время подготовки не более 30 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на экзамене (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ			
		1	2	3	4
УК-5	Знает: Способы реализации проекта в команде с представителями различных национальностей.	+	+	+	+
УК-5	Имеет практический опыт: Реализации проекта в команде с представителями различных национальностей	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

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

1. Человек. Спорт. Медицина Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2016-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
2. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
2. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система	Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2018.

		издательства Лань	— 624 с. https://e.lanbook.com/book/104014
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Маринич, В. В. Анемии у спортсменов : учебно-методическое пособие / В. В. Маринич, Т. В. Маринич. — Пинск : ПолесГУ, 2020. — 46 с. https://e.lanbook.com/book/284489
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Спатаева, М. Х. Утомление и восстановление в системе подготовки спортсменов силовых видов спорта : учебное пособие / М. Х. Спатаева. — Омск : СибАДИ, 2020. — 120 с. https://e.lanbook.com/book/149477
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Иорданская, Ф. А. Комплексная система восстановления спортсменов в условиях тренировочных мероприятий, соревнований и дистанционной подготовки с использованием мобильных технологий : монография / Ф. А. Иорданская ; художник А. Ю. Литвиненко. — Москва : Спорт-Человек, 2021. — 112 с. https://e.lanbook.com/book/176277
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Макарова, Г. А. Оптимизация постнагрузочного восстановления спортсменов (методология и частные технологии) / Г. А. Макарова. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 160 с. https://e.lanbook.com/book/97542

Перечень используемого программного обеспечения:

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

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2022)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	02 (УСК)	Ростомер, измерительная рулетка, весы-анализатор состава тела, стабилметрическая платформа, 3D сканер позвоночника, высокоскоростная камера, система 3D анализа кинематики движений XSens, анализатор тонуса мышц
Экзамен	201 (6)	Основное оборудование
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет