

ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Кафедра адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:

проректор по научно-методической
и учебной работе

Е.И. Скафа

2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ»

Направление подготовки:

49.04.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья

Магистерская программа:

Физическая реабилитация

Образовательная программа:

академическая магистратура

Квалификация:

Магистр

Форма обучения:

очная, заочная

Донецк 2020

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора Института физической культуры и спорта



В.В. Сидорова 2020 г.

Программа учебной дисциплины «Оздоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте» составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) – магистратуры направления подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года, № 946; Порядка организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики, утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 1171 от 10 ноября 2017 г., учебного плана и основной образовательной программы «Физическая реабилитация» направления подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), разработанных в ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет».

Разработчик:
доцент кафедры
адаптивной физической культуры

С.С. Люгайло

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры
Протокол № 3 от " 17 " апреля 2020 г.

Зав. кафедрой

Ю.А. Гришун

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией
Института физической культуры и спорта
Протокол № 8 от " 10 " апреля 2020 г.

Председатель учебно-методической
комиссии Института физической культуры и спорта И.В. Капланец

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Учебная дисциплина «Оздоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте» 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: Физическая реабилитация).

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

Дисциплина опирается на физкультурную (физическая культура и спорт в высших учебных заведениях, теория и методика физической культуры), профильную (физическая реабилитация, комплексная реабилитация инвалидов, спортивная медицина, специальные медицинские группы в средних и высших профильных учебных заведениях), 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	Физическая реабилитация					
Образовательная программа	академическая магистратура					
Квалификация	магистр					
Количество содержательных модулей	3					
Дисциплина базовой/вариативной части образовательной программы	Дисциплина базовой части Блок 1					
Формы контроля (МК, экзамен, зачет)	3 модульных контроля, 3 экзамена					
Показатели	очная форма обучения			заочная форма обучения		
	1 сем	2 сем	3 сем	1 сем	2 сем	3 сем
Количество зачетных единиц (кредитов)	2	3	4	3,5	3,5	2
Год подготовки	1	1	2	1	1	2
Семестр	1	2	3	1	2	3
Количество часов	72	108	144	126	126	72
- лекционных	16	14	18	2	4	2
- практических, семинарских	16	14	36	4	6	4
- лабораторных						
- самостоятельной работы	40	80	90	120	116	66
в т.ч. индивидуальное задание						
Недельное количество часов,	4,5	7,7	8			
в т.ч. аудиторных	2	2	3			

3. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели и задачи

Цель учебной дисциплины «Оздоровительно–реабилитационные технологии в физической культуре и спорте (ФКС)» направлена на формирование у магистров ядра теоретико-методических знаний по рациональному использованию, сочетанию и чередованию в процессах физического воспитания и спортивной подготовки этиологически обусловленных физических средств и методов, которые способствуют эффективности указанных процессов и повышению их здоровьесформирующей и здоровьесберегающей направленности. Изучение учебного материала повысит уровень квалификации и образовательный потенциал магистров-выпускников факультета АФК.

Задачи учебной дисциплины:

- Раскрыть трехуровневую структуру и содержание реабилитационного процесса в практике физического воспитания различных слоев населения и спортивной подготовки, стратегически ориентированного на повышение уровня соматического здоровья, коррекцию имеющихся патологий (различных нозологических групп), а так же на формирование компенсаций (временно или постоянно) утраченных функций.

- Сформировать у обучающихся практические навыки дифференцированной диагностики функционального состояния различных контингентов для обоснования направленности технологии, разработки модели программы, ее наполнения средствами и методами физической реабилитации (ФР) с учетом гендерных, возрастных, функциональных особенностей организма занимающихся, диагностированной патологии.

- Углубить профессиональные теоретико-методические знания в сферах физической реабилитации, рекреации, 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 пласт научных знаний по здоровьесбережению различных слоев населения, инновационные педагогические подходы и оздоровительные технологии для их адаптации и переноса в практику физического воспитания и спорта Донецкой Народной Республики.

- Сформировать у обучающихся основные практические умения в рамках целевого алгоритма оздоровления и повышения качества жизни различных слоев населения Республики, рационально обоснованными средствами и методами физической культуры.

Требования к результатам освоения дисциплины.

Процесс изучения дисциплины *«Оздоровительно–реабилитационные технологии в ФКС»* направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО РФ по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) Магистерская программа: Физическая реабилитация

Универсальные компетенции (УК):

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.

УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

Общепрофессиональные компетенции (ОПК):

ОПК -1– способность осуществлять научно-методическое сопровождение процесса обучения в основных видах адаптивной физической культуры;

ОПК – 3 – способность оценивать эффективность и выявлять проблемы процесса обучения в области адаптивной физической культуры;

ОПК -8 – способность проводить комплексные мероприятия по предупреждению прогрессирования основного заболевания.

ОПК-11. Способен планировать, осуществлять текущий контроль и принимать управленческие решения в области организации работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Профессиональные компетенции (ПК):

1) педагогическая деятельность:

ПК-1. Обладать высоким уровнем знаний комплексных мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека.

2) развивающая деятельность:

ПК-4. Способность разрабатывать, контролировать и корректировать индивидуальные программы развития тех или иных качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).

3) реабилитационная (восстановительная) деятельность:

ПК-5. Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации.

ПК-6. Способность, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.

ПК-7. Способность самостоятельно разрабатывать комплексы физических упражнений и физических методов воздействия на организм человека в процессе реабилитационных мероприятий, проверять их эффективность и вносить коррективы в их содержание.

4) компенсаторная деятельность:

ПК-8. Способность использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека.

5) профилактическая деятельность:

ПК-10. Обладать высоким уровнем знаний комплексных мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма человека.

6) научно-исследовательская деятельность:

ПК-13. 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-14. Способность предлагать пути внедрения полученных результатов научных исследований в практику адаптивной физической культуры.

7) организационно-управленческая деятельность:

ПК-15. Способность анализировать педагогически реабилитационный процесс с лицами с отклонениями в состоянии здоровья как объект управления.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

знать:

- теоретико-методические основы по рациональному использованию, сочетанию и чередованию в процессах физического воспитания и спортивной подготовки этиологически обусловленных физических средств и методов, способствующих эффективности указанных

процессов и повышению их здоровьесформирующей и сберегающей направленности, (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 диагностике физического здоровья, функционального состояния и физической подготовленности различных контингентов (в том числе спортсменов);
- процедурные вопросы медико-биологического сопровождения процессов физического воспитания, физической реабилитации и спортивной подготовки;
- рекомендации по определению степени потребности индивида в оздоровительных или реабилитационных воздействиях (реабилитационных диагнозов);
- 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 оздоровительно-реабилитационной работы в различных группах по медицинским показаниям;
- принципы дозирования физических нагрузок по объему направленности и интенсивности сообразно уровню функциональных возможностей занимающихся;
- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания участника оздоровительно-реабилитационного процесса.

уметь:

- определять показания и противопоказания для применения методов физических средств и методов с профилактической, восстановительной и компенсаторной целью в работе с различным контингентом;
- организовывать образовательный процесс по оздоровлению и реабилитации в 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 хронических и сопутствующих заболеваний у контингента занимающихся;
- применять методы контроля функционального состояния занимающихся в процессе реализации оздоровительно-реабилитационных технологий;
- оценивать в динамике основные функциональные показатели, определять реабилитационный эффект;
- анализировать педагогически оздоровительно-реабилитационный процесс с различными контингентами (в том числе спортсменами);
- владеть навыками составления и ведения документации для работы с контингентом лиц, включенных в оздоровительно-реабилитационный процесс.

владеть:

- навыком проведения оздоровительно-реабилитационных занятий с использованием физических средств и методов ориентированных на улучшение количественных и качественных характеристик здоровья занимающихся, восстановление нарушенных по причине болезни функций организма, ликвидацию ее негативных последствий, а так же (при необходимости) на развитие стойких компенсаций;

- навыком разработки и реализации реабилитационно-оздоровительной технологии с учетом гендерных, возрастных и функциональных особенностей занимающихся, а так объекта коррекционных воздействий;
- методами проведения и оценки функционального состояния и физической подготовленности различных контингентов (в том числе спортсменов);
- навыком разработки соответствующей документации по реализации оздоровительно-реабилитационных задач, анализировать успешность этого процесса.

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Курс дисциплины «Оздоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте» предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студента.

Лекционные занятия предполагают овладение теоретическими основами дисциплины.

Практические занятия реализуют связь теории с практикой, имеют важное значение и ориентированы на решение следующих задач:

- углубление, закрепление и конкретизацию знаний, полученных на лекциях и в процессе самостоятельной работы;
- формирование практических умений и навыков, необходимых в будущей профессиональной деятельности;

Самостоятельная работа студентов предусматривает выполнение домашних заданий, изучение учебно-методической литературы, составление конспектов, подготовку индивидуальных работ.

Текущий контроль осуществляется путем написания самостоятельных работ по решению практических заданий, модульной контрольной работы по проверке знаний теоретических положений и навыков решения задач, а также тестовых заданий для контроля усвоения содержания обучения.

Порядковый номер темы	Краткое содержание темы
Содержательный модуль 1	
Тема 1 <i>Введение в дисциплину</i>	Предпосылки для формирования системы знаний и условия реализации оздоровительно-реабилитационного процесса в сферах ФК и С. Технологии оздоровительно-реабилитационной деятельности как учебно-педагогическая дисциплина. Цели, задачи, содержание дисциплины.
Тема 2 <i>Классификация и характеристика оздоровительно-реабилитационных технологий</i>	Технология. Обоснование направленности в практике ФКС. Собственные структурные компоненты технологии. Содержание каждого из видов ФК: физическое воспитание, спорт, двигательная рекреация. Физическая реабилитация и оздоровление инвалидов. Классификация ОЗРТ. Физкультурно-оздоровительные. Спортивно-реабилитационные. Коррекционно-восстановительные.
Тема 3 <i>Структура принципов оздоровительно-реабилитационного процесса в практике ФКС</i>	Социальные, общеметодические и специально-методические принципы. Принципы теории спортивной подготовки. Принципы теории реабилитации.
Тема 4. <i>Общие основы профилактико-реабилитационного процесса в практике физического</i>	Основы теории адаптации и закономерности ее использования с коррекционно-профилактической целью в практике физической культуры и спорта. Виды и стадии адаптационных реакций организма человека.

<i>воспитания и спортивной подготовки.</i>	
Тема 5 <i>Основы теории адаптации</i>	Закономерности формирования накопительной адаптации в процессах физического воспитания и спортивной подготовки. Методы оценки адаптационного потенциала, как основа функциональной реабилитации
Тема 6 <i>Основы теории функциональной реабилитации.</i>	Физиологические основы донозологических, преморбидных и болезненных состояний человека. Уровни реализации профилактико-реабилитационного процесса в практике физического воспитания и спортивной подготовки.
Тема 7 <i>Основы теории функциональной реабилитации</i>	Специальные принципы процесса функциональной реабилитации. Организационные основы процесса функциональной реабилитации.
Тема 8. ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ	Основы валеологии. Количественная оценка уровня физического здоровья человека. Возрастные особенности организма человека в различные периоды онтогенеза.
Содержательный модуль 2	
Тема 9 <i>Общая характеристика основных видов физкультурно-оздоровительных технологий.</i>	Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физического воспитания. Особенности обоснования направленности и дозирования физических нагрузок в физкультурно-оздоровительных программах для различных возрастных групп.
Тема 10 <i>Виды физкультурно-оздоровительных занятий</i>	Содержание различных видов физкультурно-оздоровительных занятий: рекреативно-оздоровительные, профилактико-оздоровительные, кондиционная тренировка.
Тема 11 <i>Индивидуальные программы физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп</i>	Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп. Расчета ежедневной дозы ФН для каждого из трех вариантов программ ФОЗ для взрослого населения.
Тема 12 <i>Содержание физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста</i>	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий урочного и внеурочного типа. Структура занятий и правила дозирования ФН. Особенности методики занятий физическими упражнениями. Методические особенности использования средств для развития двигательных качеств детей.
Тема 13 <i>Обоснование и содержание физкультурно-оздоровительного процесса в ФВ детей школьного возраста</i>	Формы процесса ФОЗ. Обоснование и особенности выбора внеклассных и внешкольных форм процесса ФОЗ с детьми школьного возраста. Структура физкультурно-оздоровительного занятия, принцип дозирования ФН.
Тема 14 <i>Методика ФОЗ со взрослым населением</i>	Принципы использования средств ФК с оздоровительной целью. Предельно допустимы ФН в группах нетренированных лиц различного возраста. Минимальные и рациональные ФН. Задачи ФОЗ в различных возрастных группах. Влияние отдельных видов упражнений на организм взрослого человека. Формы проведения занятий и структура ФОЗ. Контроль

	адекватности нагрузок и эффективности занятий.
Тема 15 Основные закономерности, определяющие формирование ФО-технологий. Классификация фитнес-программ их структура и содержание	Структура и содержание фитнес-программ. Создание новой фитнес-программы. Фитнесс-программы, основанные на видах двигательной активности аэробной направленности. Фитнесс-программы, основанные на оздоровительных видах гимнастики. Фитнесс-программы основанные на видах двигательной активности силовой направленности. Фитнесс-программы, основанные на видах гимнастики и занятий силовой направленности. Аквафитнесс и гидрореабилитация.
Содержательный модуль 3	
Тема 16 Общая характеристика спортивно-реабилитационных технологий в практике подготовки спортсменов различных специализаций.	Предпосылки к формированию системы знаний по профилактике и реабилитации в практике спорта. Уровни реализации процесса спортивной реабилитации: цели, задачи, принципы. Физическая реабилитация, как доступная и этиологически обоснованная альтернатива фармакологической коррекции функциональных сдвигов у спортсменов и их последствий.
Тема 17 Диагностический компонент спортивно-реабилитационных технологий: содержание и методы.	Значимость диагностического компонента. Структура поуровневого скрининга. Задачи каждой диагностической ступени. Методы диагностики и критерии оценки.
Тема 18 Реабилитационный диагноз спортсмена.	Структура реабилитационного диагноза. Дифференцировка рецептур. Обоснование модели индивидуальной программы ФР, ее структурных компонентов.
Тема 19 Принципы отбора спортсменов для участия в программах физической реабилитации превентологической и постнотозологической направленности.	Дифференцированный подход. Критерии отбора по превентивному направлению. Критерии отбора по постнотозологическому направлению.
Тема 20 Организационные формы, средства и методы рациональной физической реабилитации в практике подготовки спортсменов. Модель программы физической реабилитации.	Модель программы ФР. Константный и трансформирующийся компоненты. Специальная и индивидуальная части. Блоки ФР. Мини-комплексы ФР. Их интеграционные формы. Выбор направленности блоков, их место в программе подготовки. Реабилитационный микроцикл.
Тема 21 Обоснование наполнения и регламентации реабилитационных программ превентологической направленности для спортсменов различной специализации.	Методика оценки реабилитационного диагноза спортсмена – обоснование направленности средств и методов ФР. Интеграционные формы программ превентивной направленности. Использование дифференцированного подхода для обоснования временной регламентации технологии превентивной ФР.
Тема 22	Корригируемые факторы развития дисфункций. Форма

Особенности реализации процесса физической реабилитации в практике детско-юношеского спорта.	участия в тренировочном процессе во время курса реабилитации. Комплексный и креативный подходы. Значение внутренировочных форм для эффективной реализации технологии.
Тема 23 Особенности реализации процесса физической реабилитации в спорте высших достижений.	Значение спортивной специализации для обоснования стратегии процесса ФР. Учет периода в цикле годичной подготовки. Недельный микроцикл. Групповой и индивидуальный метод проведения занятий ФР.
Тема 24 Принцип динамической коррекции реализации технологий в подготовке спортсменов с хроническими патологиями.	Критерии эффективности. Формы контроля (оперативный, текущий). Учет периода в цикле годичной подготовки. Блоки ФР превентивной направленности. Средства и методы используемые в программе подготовки спортсменов при различных отклонениях в состоянии здоровья, их формы интеграции.

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	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа
Тема 1. Введение в дисциплину.	9	2	2		5		17	0,5			16,5	
Тема 2. Классификация и характеристика оздоровительно-реабилитационных технологий	9	2	2		5		17	0,5			16,5	
Тема 3. Структура принципов оздоровительно-реабилитационного процесса в практике ФКС	9	2	2		5		15	0,5			14,5	
Тема 4. Общие основы профилактико-реабилитационного процесса в практике ФКиС. Основы теории адаптации.	9	2	2		5		15	0,5			14,5	

Тема 5. Основы теории адаптации	9	2	2		5		15		1		14	
Тема 6. Основы теории функциональной реабилитации	9	2	2		5		15		1		14	
Тема 7. Основы теории функциональной реабилитации	9	2	2		5		17		1		16	
Тема 8. Основы валеологии	9	2	2		5		15		1		14	
Итого по содержательному модулю 1	72	16	16		40		126	2	4		120	

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	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа
Тема 9. Общая характеристика основных видов физкультурно-оздоровительных технологий.	15	2	2		11		18	0,5			17,5	
Тема 10. Виды физкультурно-оздоровительных занятий	15	2	2		11		18	0,5	1		16,5	
Тема 11. Индивидуальные программы физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп	15	2	2		11		18	0,5	1		16,5	
Тема 12. Содержание физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста	15	2	2		11		18	0,5	1		16,5	

Тема 13. Обоснование и содержание физкультурно-оздоровительного процесса в ФВ детей школьного возраста	16	2	2		12		18	0,5	1		16,5	
Тема 14. Методика ФОЗ со взрослым населением	16	2	2		12		18	0,5	1		16,5	
Тема 15. Основные закономерности, определяющие формирование ФО-технологий. Классификация фитнес-программ их структура и содержание	16	2	2		12		18	1	1		16,5	
Итого по содержательному модулю 2	108	14	14		80		126	4	6		116	

Названия содержательных модулей и тем	Содержательный модуль 3										
	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 16. Общая характеристика спортивно-реабилитационных технологий в практике подготовки спортсменов различных специализаций.	16	2	4		10		8	0,5		7,5	
Тема 17. Диагностический компонент спортивно-реабилитационных технологий: содержание и методы.	16	2	4		10		8	0,5		7,5	
Тема 18. Реабилитационный диагноз спортсмена.	16	2	4		10		8	0,5		7,5	

Тема 19. Принципы отбора спортсменов для участия в программах физической реабилитации превентологической и постнотологической направленности.	16	2	4		10		8	0,5		7,5	
Тема 20. Организационные формы, средства и методы рациональной физической реабилитации в практике подготовки спортсменов. Модель программы физической реабилитации.	16	2	4		10		8		0,5	7,5	
Тема 21. Обоснование наполнения и регламентации реабилитационных программ превентологической направленности для спортсменов различной специализации.	16	2	4		10		8		0,5	7,5	
Тема 22. Особенности реализации процесса физической реабилитации в практике детско-юношеского спорта.	16	2	4		10		8		1	7	
Тема 23. Особенности реализации процесса физической реабилитации в спорте высших достижений.	16	2	4		10		8		1	7	
Тема 24. Принцип динамической коррекции реализации технологий в подготовке спортсменов с хроническими патологиями.	16	2	4		10		8		1	7	
Итого по содержательному модулю 3	144	18	36		90		72	2	4	66	
ВСЕГО по дисциплине:	324	48	66		210		324	8	14	302	

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ И ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

ТЕМЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Название темы	Количество часов	
		Очная	Заочная
1.	Введение в дисциплину	2	0,5
2.	Классификация и характеристика оздоровительно-реабилитационных технологий	2	0,5
3.	Структура принципов оздоровительно-реабилитационного процесса в практике ФКС	2	0,5
4.	Общие основы профилактико-реабилитационного процесса в практике физического воспитания и спортивной подготовки. Основы теории адаптации.	2	0,5
5.	Основы теории адаптации.	2	
6.	Основы теории функциональной реабилитации. Часть 1	2	
7.	Основы теории функциональной реабилитации. Часть 2	2	
8.	ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ. Количественная оценка уровня физического здоровья человека.	2	
9.	Общая характеристика основных видов физкультурно-оздоровительных технологий.	2	0,5
10.	Виды физкультурно-оздоровительных занятий	2	0,5
11.	Индивидуальные программы физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп	2	0,5
12.	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста	2	0,5
13.	Обоснование и содержание физкультурно-оздоровительного процесса в ФВ детей школьного возраста	2	0,5
14.	Методика ФОЗ со взрослым населением	2	0,5
15.	Основные закономерности, определяющие формирование ФО-технологий. Классификация фитнес-программ их структура и содержание.	2	1
16.	Общая характеристика спортивно-реабилитационных технологий в практике подготовки спортсменов различных специализаций	2	0,5
17.	Диагностический компонент спортивно-реабилитационных технологий: содержание и методы.	2	0,5
18.	Реабилитационный диагноз спортсмена.	2	0,5
19.	Принципы отбора спортсменов для участия в программах физиче-ской реабилитации превентологической и постнзологической направленности.	2	0,5
20.	Организационные формы, средства и методы рациональной физической реабилитации в практике подготовки спортсменов. Модель программы физической реабилитации	2	
21.	Обоснование наполнения и регламентации реабилитационных	2	

	программ превентологической направленности для спортсменов различной специализации.		
22.	Особенности реализации процесса физической реабилитации в практике детско-юношеского спорта.	2	
23.	Особенности реализации процесса физической реабилитации в спорте высших достижений.	2	
24.	Принцип динамической коррекции реализации технологий в подготовке спортсменов с хроническими патологиями	2	
ВСЕГО:		48	8

ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Название темы	Количество часов	
		Очная	Заочная
1	Предпосылки для формирования системы знаний и условия реализации оздоровительно-реабилитационного процесса в сферах ФК и С. Особенности состояния здоровья населения Республики. Технологии оздоровительно-реабилитационной деятельности как учебно-педагогическая дисциплина. Цели, задачи, содержание дисциплины.	2	
2	Технология. Обоснование направленности ОЗР технологии в практике ФКС. Собственные структурные компоненты технологии. Содержание ОЗРТ в каждом из видов ФК: физическое воспитание, спорт, двигательная рекреация. Физическая реабилитация и оздоровление инвалидов. Классификация ОЗРТ. Физкультурно-оздоровительные. Спортивно-реабилитационные технологии. Коррекционно-восстановительные восстановительные.	2	
3	Социальные, общеметодические и специальнометодические принципы. Принципы теории спортивной подготовки. Принципы теории реабилитации.	2	
4	Основы теории адаптации и закономерности ее использования с коррекционно-профилактической целью в практике физической культуры и спорта. Виды и стадии адаптационных реакций организма человека.	2	
5	Закономерности формирования накопительной адаптации в процессах физического воспитания и спортивной подготовки. Методы оценки адаптационного потенциала, как основа функциональной реабилитации	2	1
6	Физиологические основы донозологических, преморбидных и болезненных состояний человека. Функциональная реабилитация Уровни реализации профилактико-реабилитационного процесса в практике физического воспитания и спортивной подготовки.	2	1

7	Специальные принципы процесса функциональной реабилитации. Организационные основы процесса функциональной реабилитации.	2	1
8	Основы валеологии. Количественная оценка уровня физического здоровья человека. Возрастные особенности организма человека в различные периоды онтогенеза.	2	1
9	Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физического воспитания. Особенности обоснования направленности и дозирования физических нагрузок в физкультурно-оздоровительных программах для различных групп населения.	2	
10	Содержание различных видов физкультурно-оздоровительных занятий: рекреативно-оздоровительные, профилактико-оздоровительные, кондиционная тренировка.	2	1
11	Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп. Расчета ежедневной дозы ФН для каждого из трех вариантов программ ФОЗ для взрослого населения.	2	1
12	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий урочного и внеурочного типа. Структура занятий и правила дозирования ФН. Особенности методики занятий физическими упражнениями. Методические особенности использования средств для развития двигательных качеств детей.	2	1
13	Формы процесса ФОЗ. Обоснование и особенности выбора внеклассных и внешкольных форм процесса ФОЗ с детьми школьного возраста. Структура физкультурно-оздоровительного занятия, принцип дозирования ФН.	2	1
14	Принципы использования средств ФК с оздоровительной целью. Предельно допустимы ФН в группах нетренированных лиц различного возраста. Минимальные и рациональные ФН. Задачи ФОЗ в различных возрастных группах. Влияние отдельных видов упражнений на организм взрослого человека. Формы проведения занятий и структура ФОЗ. Контроль адекватности нагрузок и эффективности занятий.	2	1
15	Структура и содержание фитнес-программ. Создание новой фитнес-программы. Фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности аэробной направленности. Фитнес-программы, основанные на оздоровительных видах гимнастики. Фитнес-программы основанные на видах двигательной активности силовой направленности. Фитнес-программы, основанные на видах гимнастики и занятий силовой направленности. Аквафитнес и гидрореабилитация.	2	1
16	Предпосылки к формированию системы знаний по профилактике и реабилитации в практике спорта. Уровни реализации процесса спортивной реабилитации: цели, задачи, принципы.	2	

17	Физическая реабилитация, как доступная и этиологически обоснованная альтернатива фармакологической коррекции функциональных сдвигов у спортсменов и их последствий	2	
18	Значимость диагностического компонента. Структура поуровневого скрининга. Задачи каждой диагностической ступени.	2	
19	Методы диагностики и критерии оценки функционального состояния и резервных возможностей организма спортсменов. Особенности на различных этапах подготовки.	2	
20-21	Структура реабилитационного диагноза. Дифференцировка рецептур.	4	1
22-23	Дифференцированный подход. Критерии отбора спортсменов для участия в программах по превентивному и постнотозологическому направлениям. Обоснование модели индивидуальной программы ФР. Ее структурных компонентов. Критерии отбора по постнотозологическому направлению	4	2
24-25	Модель программы ФР. Константный и трансформирующийся компоненты. Специальная и индивидуальная части. Блоки ФР. Мини-комплексы ФР.	4	1
26	Интеграционные формы программ ФР. Выбор направленности блоков, их место в программе подготовки. Реабилитационный микроцикл.	2	
27	Методика оценки реабилитационного диагноза спортсмена – обоснование направленности средств и методов ФР. Интеграционные формы программ превентивной направленности.	2	
28	Использование дифференцированного подхода для обоснования временной регламентации технологии превентивной ФР.	2	
29	Корригируемые факторы развития дисфункций. Форма участия спортсмена в тренировочном процессе во время курса реабилитации.	2	
30	Комплексный и креативный подходы. Значение внутренировочных форм для эффективной реализации технологии.	2	
31	Значение спортивной специализации для обоснования стратегии процесса ФР. Учет периода в цикле годичной подготовки.	2	
32	Недельный микроцикл. Групповой и индивидуальный метод проведения занятий ФР.	2	
33	Динамическая коррекция реализации технологии. Критерии эффективности реализации. Формы контроля (оперативный, текущий) в процессе реализации технологии. Учет периода в цикле годичной подготовки спортсмена. Блоки ФР превентивной направленности. Подбор средств и методов для наполнения блоков. Направленность реабилитационных воздействий.	2	
ВСЕГО:		86	14

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.

Организация самостоятельной работы студентов

№ п/п	Название темы	Количество часов	
		Очная	Заочная
1.	Введение в дисциплину	5	16,5
2	Классификация и характеристика оздоровительно-реабилитационных технологий	5	16,5
3.	Структура принципов оздоровительно-реабилитационного процесса в практике ФКС	5	14,5
4.	Общие основы профилактико-реабилитационного процесса в практике физического воспитания и спортивной подготовки. Основы теории адаптации.	5	14,5
5.	Основы теории адаптации.	5	14
6.	Основы теории функциональной реабилитации. Часть 1	5	14
7.	Основы теории функциональной реабилитации. Часть 2	5	16
8.	ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ. Количественная оценка уровня физического здоровья человека.	5	14
9.	Общая характеристика основных видов физкультурно-оздоровительных технологий.	11	17,5
10.	Виды физкультурно-оздоровительных занятий	11	16,5
11.	Индивидуальные программы физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп	11	16,5
12.	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста	11	16,5
13.	Обоснование и содержание физкультурно-оздоровительного процесса в ФВ детей школьного возраста	12	16,5
14.	Методика ФОЗ со взрослым населением	12	16,5
15.	Основные закономерности, определяющие формирование ФО-технологий. Классификация фитнес-программ их структура и содержание.	12	16,5
16.	Общая характеристика спортивно-реабилитационных технологий в практике подготовки спортсменов различных специализаций	10	7,5
17.	Диагностический компонент спортивно-реабилитационных технологий: содержание и методы.	10	7,5
18.	Реабилитационный диагноз спортсмена.	10	7,5
19.	Принципы отбора спортсменов для участия в программах физической реабилитации превентологической и постневрологической направленности.	10	7,5

20.	Организационные формы, средства и методы рациональной физической реабилитации в практике подготовки спортсменов. Модель программы физической реабилитации	10	7,5
21.	Обоснование наполнения и регламентации реабилитационных программ превентологической направленности для спортсменов различной специализации.	10	7,5
22.	Особенности реализации процесса физической реабилитации в практике детско-юношеского спорта.	10	7
23.	Особенности реализации процесса физической реабилитации в спорте высших достижений.	10	7
24.	Принцип динамической коррекции реализации технологий в подготовке спортсменов с хроническими патологиями	10	7
	Итого:	210	302

7. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

Индивидуальное задание не предусмотрено.

8. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Тема 1. Введение в дисциплину

1. Современный научный взгляд на проблему здоровья различных групп населения.
2. Охарактеризуйте, факторы определяющие уровень здоровья индивида: эндогенные, экзогенные, корригируемые, не поддающиеся коррекции
3. Каковы критерий оптимальной нормы двигательной активности?
4. Как Вы понимаете цель образовательного процесса в рамках дисциплины?.
5. Существуют ли ОЗРТ в двигательной рекреации? Обоснуйте ответ.
6. Какие задачи Вы будете решать в будущей практической деятельности, опираясь на, полученные в результате изучения дисциплины, знания.

Тема 2. Классификация и характеристика оздоровительно-реабилитационных технологий

8. Раскрыть смысл термина «технология». По какому принципу классифицируются оздоровительно-реабилитационные технологии?
9. Перечислить и охарактеризовать структурные компоненты технологий.
10. Существуют ли ОЗРТ в двигательной рекреации? Обоснуйте ответ.
11. Составьте схематический рисунок «Классификация ОЗРТ». Сформулируйте цели и задачи каждого вида технологий.

Тема 3. Структура принципов оздоровительно-реабилитационного процесса в практике ФКС

12. Раскрыть содержание понятия «принцип»? Значение принципов в формировании стратегии оздоровительно-реабилитационного процесса.
13. Каково содержание социальных, общеметодических и специальнометодических принципов в оздоровительно-реабилитационной деятельности. Их содержание.
14. Сформулируйте принципы теории спортивной подготовки и раскройте их содержание.
15. Сформулируйте принципы теории реабилитации и раскройте их содержание.
16. Какой фактор определяет коррекцию принципов реабилитационного процесса в ходе его реализации?

17. Что является условием для эффективной реализации оздоровительно-реабилитационных технологий в практике ФКС.

18. Перечислите принципы физической реабилитации в практике ФКС.

Тема 4 -5. Общие основы профилактико-реабилитационного процесса в практике физического воспитания и спортивной подготовки. Основы теории адаптации

19. Основы теории адаптации в практике физической культуры и спорта: цели, задачи.

20. Закономерности использования теории адаптации в практике физической культуры и спорта с коррекционно-профилактической целью.

21. Виды и стадии адаптационных реакций организма человека: развернутая характеристика.

22. Приведите примеры фенотипических срочных адаптационных реакций и долговременных адаптационно-приспособительных перестроек в практике ФКС.

23. Каковы закономерности формирования накопительной адаптации в процессах физического воспитания и спортивной подготовки?

24. Сформулируйте принцип формирования в организме человека под воздействием физических нагрузок функциональной системы адаптации.

25. Какая система в процессе адаптации организма к выполнению физической работы определенного содержания и направленности является доминирующей? Чем характеризуется ее доминантное значение?

26. Какие органы или системы могут стать «слабым звеном» адаптационного процесса? Чем характеризуется и почему опасен «феномен обкрадывания»?

27. Механизм формирования адаптационного срыва. Состояние астенизации.

28. Методы оценки адаптационного потенциала, как основа функциональной реабилитации.

Тема 6. Основы теории функциональной реабилитации.

29. Физиологические основы донозологических, преморбидных и болезненных состояний человека.

31. Характеристика стадий развития болезни с позиций теории адаптации.

32. Охарактеризовать процесс функциональной реабилитации. Сформулировать его стратегическую цель и задачи.

33. Какие механизмы нормализации нарушенных функций в различных системах организма вы знаете.

34. Какие уровни реализации реабилитационного процесса Вам известны в контексте профилактико-реабилитационного единства, предложенного в Концепции ВОЗ о достижении здоровья для всех?

35. На каких уровнях реализуется профилактико-реабилитационный процесс в практике физического воспитания и спортивной подготовки. Чем это обусловлено?

Тема 7. Основы теории функциональной реабилитации

36. Перечислите и раскройте содержание принципов функциональной реабилитации в практике физического воспитания и спорта.

37. Как Вы понимаете содержание принципов функциональной реабилитации, через призму фундаментальных принципов функциональных систем: иерархичности, последовательного взаимодействия, системного квантования процессов функционирования, мультипараметрического взаимодействия, многосвязанного регулирования.

38. Сформулируйте целевые установки процесса функциональной реабилитации в практике физической культуры и спорта?

39. Охарактеризуйте структуру организации процесса функциональной реабилитации.

Тема 8. Основы валеологии

40. Какой смысл вложен в понятия «качество» и «количество» здоровья индивида?
41. Чем обусловлен количественный показатель соматического здоровья человека?
42. Роль двигательной активности в снижении и увеличении количественных характеристик здоровья.
43. Чем характеризуется гомеостаз организма индивида?.
44. Свойства резистентности и реактивности организма. В основе каких процессов жизнедеятельности лежат указанные свойства и в чем объективно проявляются?
45. Содержание методики количественной оценки уровня физического здоровья индивида(Г.Л. Апанасенко).
46. Сумма каких количественных характеристик функционального состояния организма индивида составляет интегральный показатель его здоровья (по методике Г.Л. Апанасенко)?
47. Перечислите критерии функциональных параметров, которые составляют интегральный показатель здоровья индивида? Напишите формулы для определения индексов?
48. Дайте морфофункциональную характеристику возрастных особенностей организма человека в различные периоды онтогенеза.

Тема 9. Общая характеристика основных видов физкультурно-оздоровительных технологий

51. Как дифференцируются занимающиеся по уровню здоровья в процессе физического воспитания?
52. Что позволяет обосновать направленность и дозирование физических нагрузок в физкультурно-оздоровительной программе?
53. Какие виды физкультурно-оздоровительных программ Вы знаете? Их содержание?
54. Варианты индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.
55. Принципы дозирования нагрузки на оздоровительно-реабилитационных занятиях.
56. Дайте определение понятиям физической нагрузки: общая, локальная, тренирующая.
57. Какой должна быть величина тренирующей нагрузки на занятиях по ФВ с ослабленным контингентом?
58. Правила увеличения физической нагрузки (по объему и интенсивности) в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с нетренированным контингентом..
59. Укажите особенности двигательного режима для лиц пожилого возраста?
60. Укажите особенности двигательного режима для лиц с хронической патологией.
61. Что, в Вашем понимании, является критерием правильности дозирования нагрузки.

Тема 10. Виды физкультурно-оздоровительных занятий

62. Содержание различных видов физкультурно-оздоровительных занятий: рекреативно-оздоровительные, профилактико-оздоровительные, кондиционная тренировка.
63. Дать характеристику особенностей рекреативно-оздоровительных форм занятий.
64. Перечислить и охарактеризовать основные виды физической рекреации.
65. Цели и задачи профилактико-оздоровительных занятий.
66. Перечислить виды профилактико-оздоровительных занятий. Охарактеризовать основные различия.
67. Охарактеризовать кондиционную тренировку, раскрыть ее структуру.
68. В чем проявляется наличие тренировочного эффекта в результате использования кондиционной тренировки.

69. Представить соотношение упражнений аэробной и анаэробной направленности в структуре кондиционной тренировки лиц различным уровнем физического состояния (низкий и ниже среднего; средний; выше среднего и высокий).

Тема 11. Индивидуальные программы физкультурно-оздоровительных занятий для различных возрастных групп

70. Охарактеризовать варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий.

71. Описать алгоритм физкультурно-оздоровительных занятий.

72. Охарактеризовать основные принципы построения физкультурно-оздоровительных занятий.

73. Охарактеризовать методические особенности проведения занятий с людьми пожилого возраста.

74. Варианты оптимального дозирования физкультурно-оздоровительных занятий по продолжительности и кратности.

Тема 12. Содержание физкультурно-оздоровительных занятий для детей дошкольного возраста

75. Какие формы занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста вам известны?

76. Содержание физкультурно-оздоровительных урочных форм занятий с детьми дошкольного возраста.

77. Структура и дозировка урочных форм ФОЗ с детьми дошкольного возраста.

78. Каково значение режима дня для детей дошкольного возраста?

79. Какова методика проведения утренней гимнастики с детьми дошкольного возраста.

80. Схема проведения физкультурного занятия с детьми дошкольного возраста.

81. Пульсовой режим при правильной организации физкультурно-оздоровительного занятия с детьми дошкольного возраста.

82. В чем заключаются особенности методики занятий с детьми дошкольного возраста.

83. Какова цель и значение врачебно-педагогического контроля на занятиях детьми дошкольного возраста.

Тема 13. Обоснование и содержание физкультурно-оздоровительного процесса в ФВ детей школьного возраста

84. Основная характеристика форм организации процесса ФОЗ с детьми школьного возраста.

85. Обоснование и особенности выбора внеклассных и внешкольных форм процесса ФОЗ с детьми школьного возраста.

86. Структура физкультурно-оздоровительного занятия, принцип дозирования ФН в каждом из компонентов ФОЗ.

87. Характеристика эпизодических форм физкультурно-оздоровительных занятий с детьми школьного возраста.

88. Общие правила развития двигательных качеств при отклонениях в состоянии здоровья детей и подростков.

89. Профилактика нарушений осанки и методы ее исправления в условиях школы.

90. Профилактика плоскостопия и методы ее реализации в процессе физкультурного образования школьников.

91. Профилактика нарушений массы тела и методы ее реализации в процессе физкультурного образования школьников.

92. Профилактика нарушения зрения и методы ее реализации в процессе

физкультурного образования школьников.

93. Определить особенности дозирования физической нагрузки в физическом воспитании ослабленных детей (охарактеризовать способы, диапазоны интенсивности, двигательные режимы).

94. Раскрыть сущность и охарактеризовать особенности методик физкультурно-оздоровительных занятий при функциональных нарушениях ССС.

95. Раскрыть сущность и охарактеризовать особенности методик физкультурно-оздоровительных занятий при функциональных нарушениях дыхательной системы.

Тема 14. Методика ФОЗ со взрослым населением

96. Принципы использования средств ФК с целью оздоровления взрослого населения.

97. Представить предельно допустимые физические нагрузки в группах нетренированных лиц различного возраста.

98. Охарактеризовать минимальные и рациональные физические нагрузки используемые в физкультурно-оздоровительном процессе со взрослым населением. .

99. Задачи ФОЗ с людьми зрелого и пожилого возраста.

100. Формы проведения занятий и структура ФОЗ со взрослым контингентом.

101. Контроль адекватности нагрузок и эффективности физкультурно-оздоровительных занятий

102. Охарактеризовать объективные и субъективные признаки неадекватности физических нагрузок.

Тема 15. Основные закономерности, определяющие формирование ФО-технологий. Классификация фитнес-программ их структура и содержание

103. Определить понятие: физкультурно-оздоровительная технология.

104. Определить понятие: фитнес-программа. Привести классификацию фитнес-программ.

105. Описать структуру (основные компоненты) фитнес-программ.

106. Перечислить факторы, определяющие создание новых фитнес-программ, которые необходимо учитывать при их разработке.

107. Перечислить фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности аэробной направленности.

108. Охарактеризовать понятие: аэробика.

109. Назвать виды двигательной активности аэробной направленности.

110. Раскрыть оздоровительный эффект при занятиях аэробными видами двигательной активности.

111. Дать характеристику фитнес-программ на кардиотренажерах.

112. Раскрыть особенности программирования занятий в фитнес-программах аэробной направленности.

113. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на оздоровительных видах гимнастики.

114. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности силовой направленности.

115. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на сочетании оздоровительных видов гимнастики и занятий силовой направленности.

116. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности в воде.

117. Классифицировать основные виды аквааэробики

118. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на рекреативных видах двигательной активности.

Тема 16. Общая характеристика спортивно-реабилитационных технологий в практике подготовки спортсменов различных специализаций.

119. Перечислить предпосылки к формированию системы знаний по профилактике и реабилитации в практике спорта.
120. Какие особенности структуры заболеваемости спортсменов Вы знаете?
121. Охарактеризуйте динамику острых и хронических патологий у спортсменов в процессе этапов многолетней подготовки.
122. Укажите основные методические подходы к реализации реабилитационного процесса в практике спортивной подготовки?
123. Перечислите уровни реализации процесса спортивной реабилитации. Цели, задачи, принципы по каждому из них, краткая характеристика.
124. Что такое система восстановления физической работоспособности спортсменов?
125. Этапы спортивной реабилитации (по Башкирову) и их характеристика.

Тема 17. Диагностический компонент спортивно-реабилитационных технологий: содержание и методы.

126. Значение и место диагностический компонента в структуре процесса физической реабилитации спортсменов?
127. Структура, содержание и задачи поуровневого скрининга функционального состояния спортсменов.
128. Ступени поуровневого скрининга функционального состояния спортсменов: методы диагностики, критерии оценки.
129. Углубленное медицинское обследование (УМО) спортсменов: периодичность, методы, результат.
130. Метод экспресс-диагностики показателя соматического здоровья спортсмена (методика Г.Л. Апанасенко). Результат диагностической процедуры.
131. Метод оценки функций, которые составляют индивидуальный показатель здоровья спортсмена. Результат диагностической процедуры.
132. Оценка адаптационных резервов организма спортсмена (по методике А.С. Душанина, В.П. Карленко). Результат диагностической процедуры.
133. Исследование функции внешнего дыхания спортсменов. Результат диагностической ступени.
134. Особенности проведения процедуры диагностического скрининга функционального состояния спортсмена на различных этапах многолетней подготовки?

Тема 18. Реабилитационный диагноз спортсмена.

135. Структуру реабилитационного диагноза спортсмена.
136. Рецептура физической реабилитации в программе подготовки спортсмена. Виды и содержание рецептов?
137. Рецептура коррекции в структуре спортивно-реабилитационной технологии: объект, цели, обоснование, средства наполнения.
138. Рецептура превентологических воздействий в структуре спортивно-реабилитационной технологии: объект, цели, обоснование, средства наполнения
139. Рецептура реализации условий в структуре спортивно-реабилитационной технологии. Форма участия спортсмена в тренировочном процессе. Цели рецептуры, методы наполнения.
140. Дифференцированный подход в организации процесса ФР спортсменов.
141. Критерии отбора спортсменов для участия в программах по превентивному направлению процесса ФР.
142. Критерии отбора спортсменов для участия в процессе ФР по постнотологическому направлению.

Тема 19. Организационные формы, средства и методы рациональной физической реабилитации в практике подготовки спортсменов. Модель программы физической реабилитации

143. Модель индивидуальной программы ФР в процессе спортивной подготовки?
144. Структурные компоненты модели программы ФР в процессе спортивной подготовки: константный и трансформирующийся.
145. Индивидуальная и специальная части трансформирующегося компонента модели программы ФР в практике спортивной подготовки.
146. Принцип отбора средств и методов ФР для наполнения индивидуальных программ физической реабилитации спортсменов.
147. Интеграционные формы программ ФР. Выбор направленности блоков, их место в программе подготовки.
148. Реабилитационный микроцикл в программе подготовки спортсмена: цели, задачи, структура.

Тема 20. Обоснование наполнения и регламентации реабилитационных программ превентологической направленности для спортсменов различной специализации

149. Методика оценки реабилитационного диагноза спортсмена и механизм обоснования направленности средств и методов ФР.
150. Интеграционные формы программ ФР превентивной направленности в процесс подготовки спортсменов.
151. Типы программ постнзологической ФР в процессе подготовки спортсменов и их разновидности.
152. Какой фактор определяет временную регламентацию компонентов спортивно-реабилитационной технологии (продолжительность программы, ее периодов, курса использования в ней средств и методов ФР, продолжительность периодов реализации технологии) ?
153. Принципы использования и замены в процессе реализации спортивно-реабилитационной технологии средств общего и местного воздействия.

Тема 21. Особенности реализации процесса физической реабилитации в практике детско-юношеского спорта

154. Корректируемые факторы риска развития дисфункций у спортсменов.
155. Функции организма спортсмена, которые считаются лимитирующими ?
156. Какие формы участия спортсмена в тренировочном процессе во время курса реабилитации Вы знаете?
157. Комплексный и креативный подходы в процессе реализации технологии ФР в практике спортивной подготовки?
158. Значение внутренировочных форм для эффективной реализации технологии ФР в программах подготовки спортсменов?
159. Возможные варианты внутренировочных форм ФР, которые могут быть использованы в спортивно-реабилитационных технологиях превентивной направленности.
160. Возможные варианты внутренировочных форм ФР, которые могут быть использованы в спортивно-реабилитационных технологиях постнзологической направленности.

Тема 22-23. Особенности реализации процесса физической реабилитации в спорте высших достижений

161. Роль спортивной специализации в обосновании стратегии спортивно-реабилитационной технологии ФР.

162. Учет периода в цикле годичной подготовки спортсменов при обосновании технологии ФР.

163. Принципы включения средств в ФР в тренировочный процесс.

164. Недельный микроцикл, как форма реализации программы ФР.

165. Группы средств ФР для наполнения схемы недельного микроцикла.

166. Групповой и индивидуальный метод проведения занятий ФР в процессе реализации спортивно-реабилитационных технологий.

Тема 24. Принцип динамической коррекции реализации технологий в подготовке спортсменов с хроническими патологиями.

167. Критерии эффективности реализации спортивно-реабилитационных технологий.

168. Формы контроля (оперативный, текущий) в процессе реализации спортивно-реабилитационных технологий.

169. Недельный микроцикл, как форма реализации программы ФР.

170. Группы средств для наполнения схемы недельного микроцикла программы ФР.

9. ОБРАЗЕЦ МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЯ 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:

Физическая реабилитация

Образовательная программа:

академическая магистратура

Семестр:

второй

Учебная дисциплина:

Оздоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте

МОДУЛЬНАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ВАРИАНТ №1

1. Какие виды физкультурно-оздоровительных программ Вы знаете? Их содержание? Варианты индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.

2. Варианты оптимального дозирования физкультурно-оздоровительных занятий по продолжительности и кратности.

3. Общие правила развития двигательных качеств при отклонениях в состоянии здоровья детей и подростков.

4. Охарактеризовать объективные и субъективные признаки неадекватности физических нагрузок.

5. Охарактеризовать фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности в воде.

Утверждено на заседании кафедры Адаптивной физической культуры,
протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Заведующий кафедрой
Преподаватель

Ю.В. Гришун
С.С. Люгайло

Критерии оценивания модульного контроля

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

10. ОБРАЗЕЦ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО БИЛЕТА

(теоретические вопросы к экзамену, образец билета и критерии оценивания)

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. Перечислить предпосылки к формированию системы знаний по оздоровлению и реабилитации в практике физической культуры и спорта.
2. Охарактеризуйте факторы, определяющие уровень здоровья индивида: эндогенные, экзогенные; корригируемые, не поддающиеся коррекции;
3. Охарактеризуйте структуру соматической патологии населения Республики?
4. Раскройте сущность влияние двигательной активности на уровень соматического здоровья человека.
5. Каковы критерий оптимальной нормы двигательной активности индивида?
6. Раскрыть смысл термина «технология». По какому принципу классифицируются оздоровительно-реабилитационные технологии?
7. Перечислите и охарактеризуйте структурные компоненты технологий.
8. Дайте классификацию оздоровительно-реабилитационных технологий в практике ФКиС. Принцип дифференциации на виды.
9. Раскройте содержание целей и задач известных Вам видов оздоровительно-реабилитационных технологий.
10. Раскройте содержание понятия «принцип»? Значение принципов в формировании стратегии оздоровительно-реабилитационного процесса.
11. Раскройте содержание социальных, общеметодических и специальнометодических принципов в оздоровительно-реабилитационной деятельности.
12. Стратегическая цель и задачи Концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Донецкой Народной Республике на период до 2025 года.
13. Сформулируйте принципы теории спортивной подготовки и раскройте их содержание.
14. Сформулируйте принципы теории реабилитации и раскройте их содержание.
15. Закономерности использования теории адаптации в практике физической культуры и спорта с коррекционно-профилактической целью.
16. Виды и стадии адаптационных реакций организма человека: развернутая характеристика.
17. Приведите примеры фенотипических срочных адаптационных реакций и долговременных адаптационно-приспособительных перестроек в практике ФКиС.
18. Каковы закономерности формирования у индивида накопительной адаптации в процессах физического воспитания и спортивной подготовки?
19. Сформулируйте принцип формирования в организме человека под воздействием физических нагрузок функциональной системы адаптации.

20. Какая система в процессе адаптации организма к выполнению физической работы определенного содержания и направленности является доминирующей? Чем характеризуется ее доминантное значение?

21. Какие органы или системы могут стать «слабым звеном» адаптационного процесса? Чем характеризуется и почему опасен «феномен обкрадывания»?

22. Охарактеризуйте механизм формирования в организме человека адаптационного срыва. Состояние астенизации.

23. Методы оценки адаптационного потенциала, как основа функциональной реабилитации.

24. Раскройте физиологические основы донозологических, преморбидных и болезненных состояний человека.

25. Дайте характеристику стадий развития болезни с позиций теории адаптации.

26. Охарактеризуйте процесс функциональной реабилитации. Сформулируйте его стратегическую цель и задачи.

27. Охарактеризуйте механизмы нормализации нарушенных функций в различных системах организма.

28. Какие уровни реализации реабилитационного процесса Вам известны в контексте профилактико-реабилитационного единства, предложенного в Концепции ВОЗ о достижении здоровья для всех?

29. На каких уровнях реализуется профилактико-реабилитационный процесс в практике физического воспитания и спортивной подготовки. Чем это обусловлено?

30. Перечислите и раскройте содержание принципов функциональной реабилитации в практике физического воспитания и спорта.

31. Как Вы понимаете содержание принципов функциональной реабилитации, через призму фундаментальных принципов функциональных систем: иерархичности, последовательного взаимодействия, системного квантования процессов функционирования, мультипараметрического взаимодействия, многосвязанного регулирования.

32. Сформулируйте целевые установки процесса функциональной реабилитации в практике физической культуры и спорта?

33. Охарактеризуйте структуру организации процесса функциональной реабилитации.

34. Какой смысл вложен в понятия «качество» и «количество» здоровья индивида? Чем обусловлен количественный показатель соматического здоровья человека?

35. Роль двигательной активности в снижении и увеличении количественных характеристик здоровья.

36. Чем характеризуется гомеостаз организма индивида? Охарактеризуйте свойства резистентности и реактивности организма. В основе каких процессов жизнедеятельности лежат указанные свойства и в чем объективно проявляются?

37. Раскройте содержание методики количественной оценки уровня физического здоровья индивида (Г.Л. Апанасенко).

38. Перечислите критерии функциональных параметров, которые составляют интегральный показатель здоровья индивида? Напишите формулы для определения индексов?

39. Дайте краткую морфофункциональную характеристику возрастных особенностей организма человека в различные периоды онтогенеза.

40. Дайте характеристику известных Вам уровней здоровья для дифференциации занимающихся физической культурой?

41. Что, по Вашему мнению, позволяет обосновать направленность и дозирование физических нагрузок в физкультурно-оздоровительной программе?

42. Раскройте содержание известных Вам видов физкультурно-оздоровительных программ.

43. Охарактеризуйте принципы дозирования физической нагрузки на оздоровительно-реабилитационных занятиях.

44. Дайте определение понятиям физической нагрузки: общая, локальная, тренирующая. Какой должна быть величина тренирующей нагрузки на занятиях по ФВ с ослабленным контингентом?

45. Раскройте содержание правила увеличения физической нагрузки (по объему и интенсивности) в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с нетренированным контингентом.

46. Укажите особенности двигательного режима для лиц пожилого возраста?

47. Укажите особенности двигательного режима для лиц с хронической патологией.

48. Что, в Вашем понимании, является критерием правильности дозирования физической нагрузки?

49. Раскройте содержание различных видов физкультурно-оздоровительных занятий: рекреативно-оздоровительные, профилактико-оздоровительные, кондиционная тренировка.

50. Дайте характеристику особенностей рекреативно-оздоровительных форм занятий.

51. Перечислите и кратко охарактеризуйте основные виды физической рекреации.

52. Укажите цели и задачи профилактико-оздоровительных занятий.

53. Перечислите виды профилактико-оздоровительных занятий. Охарактеризуйте их основные различия.

54. Охарактеризуйте кондиционную тренировку, раскройте ее структуру. Укажите, в чем проявляется наличие тренировочного эффекта в результате использования кондиционной тренировки.

55. Представьте соотношение упражнений аэробной и анаэробной направленности в структуре кондиционной тренировки лиц различным уровнем физического состояния (низкий и ниже среднего; средний; выше среднего и высокий).

56. Охарактеризуйте варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий.

57. Опишите алгоритм физкультурно-оздоровительных занятий. Охарактеризуйте основные принципы их построения.

58. Охарактеризовать методические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста.

59. Охарактеризуйте кратко, известные Вам, варианты оптимального дозирования физкультурно-оздоровительных занятий по продолжительности и кратности.

60. Перечислите и охарактеризуйте, известные Вам, формы занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста?

61. Раскройте содержание урочных форм физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста: структура и дозировка.

62. Раскройте значение режима дня для детей дошкольного возраста.

63. Раскройте содержание методики проведения утренней гимнастики с детьми дошкольного возраста.

64. Охарактеризуйте схему проведения физкультурного занятия с детьми дошкольного возраста. Представьте допустимый, рациональный пульсовый режим.

65. Раскройте особенности методики организации ФОЗ с детьми дошкольного возраста.

66. Какова цель и значение врачебно-педагогического контроля на занятиях детьми дошкольного возраста?

67. Дайте характеристику форм организации процесса ФОЗ с детьми школьного возраста. Как осуществляется обоснование и особенности выбора внеклассных и внешкольных форм процесса ФОЗ с детьми школьного возраста?

68. Приведите структура физкультурно-оздоровительного занятия. Раскройте принцип дозирования ФН в каждом из компонентов ФОЗ.

69. Сформулируйте общие правила развития двигательных качеств детей и подростков при отклонениях в состоянии здоровья детей и подростков.

70. Охарактеризуйте процесс профилактики нарушений осанки и методы ее исправления в условиях школы.

71. Охарактеризуйте процесс профилактики плоскостопия и методы его реализации в процессе физкультурного образования школьников.

72. процесс профилактики нарушений массы тела и методы его реализации в процессе физкультурного образования школьников.

73. Профилактика нарушения зрения и методы ее реализации в процессе физкультурного образования школьников.

74. Определите особенности дозирования физической нагрузки в физическом воспитании ослабленных детей (охарактеризовать способы, диапазоны интенсивности, двигательные режимы).

75. Раскройте сущность и охарактеризуйте особенности методик физкультурно-оздоровительных занятий при функциональных нарушениях ССС.

76. Раскройте сущность и охарактеризуйте особенности методик физкультурно-оздоровительных занятий при функциональных нарушениях дыхательной системы.

77. Принципы использования средств ФК с целью оздоровления взрослого населения. Дать характеристику предельно допустимых физических нагрузок в группах нетренированных лиц различного возраста.

78. Раскройте содержание задач физкультурно-оздоровительных занятий с людьми зрелого и пожилого возраста. Охарактеризуйте минимальные и рациональные физические нагрузки используемые в физкультурно-оздоровительном процессе со взрослым населением.

80. Охарактеризуйте формы проведения и структуру ФОЗ со взрослым контингентом.

81. Раскройте содержание программы контроля адекватности нагрузок и эффективности физкультурно-оздоровительных занятий.

82. Определите понятия: физкультурно-оздоровительная технология; фитнес-программа. Приведите классификацию фитнес-программ.

83. Охарактеризуйте структуру (основные компоненты) фитнес-программы. Назвите факторы, определяющие создание новых фитнес-программ, которые необходимо учитывать при их разработке.

84. Перечислите и охарактеризуйте фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности аэробной направленности.

85. Раскройте оздоровительный эффект при занятиях аэробными видами двигательной активности. Дайте характеристику фитнес-программ на кардиотренажерах.

86. Охарактеризуйте фитнес-программы, основанные на оздоровительных видах гимнастики.

87. Определите фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности силовой направленности.

88. Охарактеризуйте фитнес-программы, основанные на сочетании оздоровительных видов гимнастики и занятий силовой направленности.

89. Охарактеризуйте фитнес-программы, основанные на видах двигательной активности в воде.

90. Охарактеризуйте фитнес-программы, основанные на рекреативных видах двигательной активности.

91. Охарактеризуйте предпосылки к формированию системы знаний по профилактике и реабилитации в практике спорта.

92. Какие особенности структуры заболеваемости спортсменов Вы знаете? Охарактеризуйте динамику острых и хронических патологий у спортсменов в процессе этапов многолетней подготовки.

93. Перечислите уровни реализации процесса спортивной реабилитации. Цели, задачи, принципы по каждому из них, краткая характеристика.

94. Этапы спортивной реабилитации (по Башкирову) и их характеристика.

95. Раскройте значение и место диагностический компонента в структуре процесса физической реабилитации спортсменов? Структура, содержание и задачи поуровневого скрининга функционального состояния спортсменов.

96. Охарактеризуйте ступени поуровневого скрининга функционального состояния спортсменов: методы диагностики, критерии оценки.

97. Углубленное медицинское обследование (УМО) спортсменов: периодичность, методы, результат.

98. Раскройте содержание метода экспресс-диагностики показателя соматического здоровья спортсмена (методика Г.Л. Апанасенко). Результат диагностической процедуры.

99. Раскройте структуру реабилитационного диагноза спортсмена.

100. Рецепт физическая реабилитации в программе подготовки спортсмена: виды и содержание рецептов.

101. Как осуществляется дифференцированный подход в организации процесса физической реабилитации в программе подготовки спортсменов.

102. Охарактеризуйте критерии отбора спортсменов для участия в программах по превентивному направлению процесса ФР.

103. Охарактеризуйте критерии отбора спортсменов для участия в процессе ФР по постнзологическому направлению.

104. Охарактеризуйте модель индивидуальной программы ФР в процессе спортивной подготовки: константный и трансформирующийся.

105. Опишите принцип обоснования индивидуальной и специальной частей трансформирующегося компонента модели программы ФР в практике спортивной подготовки.

106. Раскройте принцип отбора средств и методов ФР для наполнения индивидуальных программ физической реабилитации спортсменов.

107. Охарактеризуйте интеграционные формы программ ФР в практику подготовки спортсменов.

108. Методика оценки реабилитационного диагноза спортсмена и механизм обоснования направленности средств и методов ФР.

109. Типы и разновидности программ превентивной ФР в процессе подготовки спортсменов: содержание, интеграционные формы.

110. Раскройте содержание принципов использования и замены в процессе реализации спортивно-реабилитационной технологии средств общего и местного воздействия.

111. Охарактеризуйте, известные Вам, корригируемые факторы риска развития дисфункций у спортсменов.

112. Дайте характеристику: лимитирующая функция организма спортсмена.

113. Перечислите и охарактеризуйте возможные формы участия спортсмена в тренировочном процессе во время курса реабилитации.

114. Дайте характеристику спортивно-реабилитационных технологий превентивной направленности: возможные варианты использования внутренировочных средств ФР.

115. Дайте характеристику спортивно-реабилитационных технологий постнзологической направленности: возможные варианты использования внутренировочных средств ФР.

116. Раскройте роль спортивной специализации в обосновании стратегии спортивно-реабилитационной технологии ФР.

117. Раскройте роль периода в цикле годичной подготовки спортсменов при обосновании технологии ФР.

118. Раскройте содержание принципов включения средств в ФР в тренировочный процесс спортсменов.

119. Недельный микроцикл, как форма реализации программы ФР.

120. Охарактеризуйте группы средств ФР для наполнения схемы недельного микроцикла.

121. Охарактеризуйте формы контроля (оперативный, текущий) в процессе реализации спортивно-реабилитационных технологий.

122. Недельный микроцикл, как форма реализации программы ФР при хронических формах соматической патологии.

123. Группы средств для наполнения схемы недельного микроцикла программы ФР.

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:

Физическая реабилитация

Образовательная программа:

академическая магистратура

Семестр:

третий

Учебная дисциплина:

Озоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте

БИЛЕТ №1

1. Охарактеризуйте виды физкультурно-оздоровительных программ: содержание, варианты индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.

2. Общие правила развития двигательных качеств при отклонениях в состоянии здоровья детей и подростков.

3. Охарактеризуйте критерии отбора спортсменов для участия в программах по превентивному направлению процесса ФР.

4. Характеристика групп средств ФР для наполнения схемы недельного микроцикла в процессе реабилитации спортсменов.

.....

Утверждено на заседании кафедры Адаптивной физической культуры, протокол № ____ от «____» _____ 20____ г.

Заведующий кафедрой

Экзаменатор

_____ Ю.А. Гришун

_____ .С.С. Люгайло

Критерии оценивания экзамена

<i>Номер задания</i>	<i>Количество баллов</i>
Задание 1.	10 баллов
Задание 2.	10 баллов
Задание 3.	10 баллов
Задание 4.	10 баллов
Всего	40 баллов

11. ОБРАЗЕЦ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ

Пример тестового задания

1. Сумма каких количественных характеристик функционального состояния организма индивида составляет интегральный показатель его соматического здоровья (по методике Г.Л. Апанасенко)?

- A. Силовой индекс; жизненный индекс; двойное произведение (индекс Робисона); индекс Руфье; индекс соответствия весо-ростовых показателей.
- B. Жизненная емкость легких; мышечная сила кистей рук; развитие мускулатуры и мышечный тонус; состояние осанки.
- C. Длина и масса тела; силовой индекс; двойное произведение (индекс Робисона); индекс Руфье;
- D. Силовой индекс; жизненный индекс; двойное произведение (индекс Робисона); индекс Руфье;
- E. Двойное произведение (индекс Робисона); индекс Руфье; индекс соответствия весо-ростовых показателей; состояние осанки.

12. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

По курсу предполагается проведение (промежуточная аттестация в виде экзамена), 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

Тематическое оценивание	Выполнение заданий для СРС	Модульный контроль	Экзамен	Всего
max 20 баллов	max 15 баллов	max 25 баллов	max 40 баллов	100 баллов

Шкала соответствия баллов государственной 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

13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Лекционные и практические занятия по дисциплине «Оздоровительно-реабилитационные технологии в физической культуре и спорте» проводятся в учебных

аудиториях для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации учебного корпуса института физической культуры и спорта, расположенного по адресу: г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, оснащенных комплектом учебной мебели, комплектом рабочего места преподавателя, доской, мультимедийным комплектом (ноутбук, проектор) с выходом в сеть Интернет.

Самостоятельная работа студентов проходит в следующих помещениях:

– читальный зал № 2 гуманитарных наук, укомплектован учебной мебелью на 90 посадочных мест, компьютером в комплекте (2 шт.), расположен по адресу: г. Донецк, ул. Университетская, 22, каб. 46;

– читальный зал № 4 периодической литературы, укомплектован учебной мебелью на 31 посадочное место, оснащен 1 компьютером, расположен по адресу: г. Донецк, ул. Университетская, 24, каб. 19;

– читальный зал филиала № 3 научной библиотеки ДонНУ (каб. 213), укомплектован учебной мебелью на 40 посадочных мест и пункт обслуживания филиала № 3 научной библиотеки ДонНУ (каб. 114), укомплектован учебной мебелью на 8 посадочных мест и оснащён компьютером в комплекте (1 шт.), расположенные по адресу: г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80.

– методический кабинет института физической культуры и спорта, укомплектован учебной мебелью на 24 посадочных места, оснащен компьютером в комплекте (3 шт.) с выходом в сеть Интернет, расположен по адресу г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, ауд. 020.

Индивидуальные и групповые консультации студентам для проведения самостоятельной работы предоставляются в кабинете 106 кафедры адаптивной физической культуры, укомплектованном комплектом мебели на 12 посадочных мест, оснащенном компьютером в комплекте (2 шт.), принтером, сканером, расположенном по адресу г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80.

14. РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

№ п/п	Наименование	Кол-во экземпляров в библиотеке ДонНУ	Наличие электронной версии в ЭБС
<i>Основная литература</i>			
1	Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем [Электронный ресурс] / П. К. Анохин. — М.: Медицина, 1974. — 447 с.		+
2	Апанасенко Г. Л. Современные подходы к оценке состояния здоровья спортсмена и его коррекция [Электронный ресурс] / Г. Л. Апанасенко, Н. Морозов // Ліки України. — 2002. — № 9. — С. 49–51.		+
3	Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека [Электронный ресурс] / Г. Л. Апанасенко, Л. О. Попова. — К.: Здоров'я, 2011. — 248 с.		+
4	Дубровский В. И. Реабилитация в спорте [Электронный ресурс] / В. И. Дубровский. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 206 с.		+

5	Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. /С.П. Евсеев, Л.В. Шапкина [Электронный ресурс]. — М.:Советский спорт, 2000. — 240 с.: ил.		+
6	Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина [Электронный ресурс]. — М.: Медицина, 2009. — № 10–11. — С. 19–23.		+
7	Здоровье-21. Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ [Электронный ресурс]. — Копенгаген, 1999. — № 6. — 310 с. — (Европ. сер. по достижению здоровья для всех).		+
8	Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений, Видання 2-ге /Т.Ю. Круцевіч, . М. І. Воробьев, Г. В. Безверхня — К.: «Олимпийская литература». — 2013. — 317 с.		+
9	Красножон С. В. Уровень физического здоровья — критерий адаптации лиц, занимающихся физической культурой [Электронный ресурс]/ С. В. Красножон // Олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XVIII междунар. науч. конгр. — Алматы, 2014. — Том 3. — С. 317–320.		+
10	Люгайло С. С. Физическая реабилитация при дисфункциях соматических систем у спортсменов в процессе многолетней подготовки / С.С. Люгайло. — Луцк: Вежа – Друк., 2016. — 244 с.: ил., табл.	2 экз	+
11	Марченко О.К. Основы физической реабилитации [Текст]: учеб. Для студентов вузов / О.К. Марченко. — К.: Олимпийская литература. — 2012. — 528 с.	40 экз	
12	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)		+
13	Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение [Электронный ресурс]/ В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2013. — 624 с.: ил. — Библиогр.: 588–613. — Алф. указ. С. 614–623.	10 экз абон	
14	Сокрут В. Н. Медицинская реабилитация в спорте: руководство для врачей и студентов [Электронный ресурс]/ под общ. ред. В. Н. Сокрута и В. Н. Казакова. — Донецк: Каштан, 2011. — 620 с.		+
15	Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений. / Т.Ю.Круцевич. — К.: «Олимпийская литература». — 2003. — 396 с.	5 экз	+
16	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической: учебник [Электронный ресурс] /авторы-составители О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под редакцией С.П. Евсеева. - М.: Советский		+

	спорт, 2013. – 388, с ил.		
17	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.		+
18	Футорный С. М. Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи: [монография] [Электронный ресурс] / С. М. Футорный. – К.: Саммит-книга, 2014. – 296 с.		+
<i>Дополнительная литература</i>			
19	Деревоедов А. А. Профессиональные заболевания в спорте высших достижений / А. А. Деревоедов [Электронный ресурс]// ЛФК и массаж, спорт. медицина. — 2008. — № 8 (56). — С. 3–6.		+
20	Кашуба В. А. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей направленности спортивной подготовки юных спортсменов [Электронный ресурс]/ В. А. Кашуба, Л. М. Ярмолинский, Т. А. Хабинец // Физ. воспитание студентов. — 2012. — № 2. — С. 34–37.		+
21	Кашуба В. А. Методологические основы системы реабилитации в спорте [Электронный ресурс] / В. А. Кашуба, С. С. Люгайло // Теорія і практика фіз. виховання : науч.-метод. журн. — Донецк : ДонНУ, 2013. — № 2. — С. 89–95.		+
22	Кашуба В. А. Профилактика и реабилитация в современном спорте: проблемы и пути их решения [Электронный ресурс]/ В. А. Кашуба, С. С. Люгайло // Методология, теория и практика в современной медицине, биологии, фармацевтике / ЦСРНИ : материалы междунар. науч.-практ. конф., 1–2 октября 2013 г., Новосибирск, Россия. — Новосибирск : ООО агентство «Сибирпринт» — 2013. — С. 47–56.		+
23	Клубникова И. О. Некоторые аспекты реабилитации спортсменов [Электронный ресурс]/ И. О. Клубникова, М. В. Мальковец, Н. А. Ушакова // Мед.-соц. экология личности: состояние и перспективы : материалы междунар. конф. — Минск, 2008. — С. 42–44.		+
24	Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник/ В.М. Мухін. – 3-тє вид, переробл та доповн. – К.: Олімп. Л-ра, 2009. – 488 с.	32 экз	
25	Шахлина Л. Физическая реабилитация в комплексном лечении спортивных травм [Электронный ресурс]/ Л. Шахлина // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. — 2015. — № 2. — С. 131–134.		+

15. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. Научная библиотека Донецкого национального университета - <http://www.library.donnu.ru>
2. ЭБС - www.biblioclub.ru
3. Электронная библиотека - www.book.ru
4. Электронная библиотека - www.theLib.ru
5. Образовательные технологии. – <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1395271>
6. Наука и школа. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79294/udb/1270>
7. Начальная школа плюс до и после. - <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1293677>.
8. Качество. Инновации. Образование. - <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=14456>
9. Современные тенденции развития дошкольного и начального образования. - URL: https://e.lanbook.com/journal/2478#journal_name
10. Международный образовательный портал - <http://www.maam.ru/>
11. Инновации в образовании - <http://www.school2100.ru>
12. Интернет-библиотека образовательных изданий - <http://www.iqlib.ru>

16. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДОННУ № 46484614).
2. Microsoft Office (корпоративная лицензия ДОННУ лицензия № 46472919).
3. Microsoft Visual Studio (лицензия программы DreamSpark для высших учебных заведений).
4. Adobe AcrobatReader, xPDF, R Studio, Scilab (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).