

**Частное образовательное учреждение высшего образования  
Новосибирский медико-стоматологический институт  
ДЕНТМАСТЕР  
(ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР»)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**дисциплины**

**Б1.В.ДВ.06.01**

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА**

по основной профессиональной  
образовательной программе  
высшего образования - программе бакалавриата  
по направлению подготовки  
**34.03.01 Сестринское дело**

Направленность (профиль) программы бакалавриата  
**«Управление и организация сестринского дела»**

Квалификация  
**«Академическая медицинская сестра.  
(для лиц мужского пола-Академический медицинский брат)»**

**форма обучения - очная**

*в том числе оценочные материалы  
для проведения текущего контроля успеваемости  
и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине*

**на 2023-2024 учебный год**

Новосибирск, 2023

**УТВЕРЖДЕНО:**

Решением Ученого совета  
ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР»



**УТВЕРЖДАЮ:**

РЕКТОР  
ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР»

Б.В. Шеплев

Протокол № 1 от «27» октября 2023 г

«27» октября 2023г.

*Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с*

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (зарегистрирован Минюстом России 13.08.2021, регистрационный № 64644);
- приказом Минздрава России от 03.09.2013 № 620н «Об утверждении Порядка организации и проведения практической подготовки обучающихся по профессиональным образовательным программам медицинского образования, фармацевтического образования» (зарегистрирован Минюстом России от 01.11.2013, регистрационный № 30304);
- приказом Минздрава России от 07.10.2015 № 700н «О номенклатуре специальностей специалистов, имеющих высшее медицинское и фармацевтическое образование» (зарегистрирован в Минюсте России 12.11.2015 № 39696);
- приказом Минобрнауки России от 09.11.2015 № 1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи» (зарегистрирован Минюстом России 08.12.2015, регистрационный № 40000);
- локальным нормативным актом образовательной организации «Положение о порядке разработки и утверждения образовательных программ высшего образования – программ специалитета утверждённым ректором ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР»;
- локальным нормативным актом образовательной организации «Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам специалитета, утверждённым ректором ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР»;
- учебным планом на 2023-2024 учебный год по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программе бакалавриата по направлению подготовки **34.03.01 Сестринское дело**, утверждённым ректором ЧОУ ВО «НМСИ ДЕНТМАСТЕР».

# 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЁННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы бакалавриата по направлению подготовки **34.03.01 Сестринское дело** (квалификация - «Академическая медицинская сестра (для лиц мужского пола- Академический медицинский брат)» обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

| Код  | Результаты освоения ООП (Содержание компетенций)   | Индикаторы достижения  | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  |
|------|--|--|--|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Анализирует основные средства и методы физического воспитания.  | <b>Знать:</b> – определения ключевых понятий и терминов; - особенности подготовки и экипировки для фитнеса; - влияние упражнений на различные мышцы и органы; - наиболее часто встречающиеся спортивные травмы и способы оказания первой помощи; - нормы и требования, предъявляемые к комплексам упражнений для людей различных возрастных групп; - методы врачебного и самоконтроля перед, во время и после тренировки; - цели, задачи, особенности содержания современных направлений фитнеса.  |
|      |  | УК-7.2 Подбирает и применяет методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств             | <b>Уметь:</b> - контролировать в процессе занятий свое телоположение, осанку, основные функциональные показатели: артериальное давление, пульс, дыхание; - составлять и выполнять аэробные, силовые комплексы с учетом индивидуальных особенностей; - осуществлять наблюдение за своим развитием и индивидуальной физической подготовленностью; - составлять графики личных достижений; - соблюдать правила безопасности и принципы оздоровительной тренировки; - использовать современный спортивный инвентарь и оборудование<br><br><b>Владеть:</b> - навыками регулярных занятий фитнесом для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей. |
|      |  | УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности | <b>Владеть:</b> - навыками пропаганды здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности   |

## 2. Распределение часов дисциплины по семестрам

|   |              |
|---|--------------|
| Семестр                                   | 1-7 семестры |
| Виды деятельности                         |              |
| лекционные занятия                        | -            |
| лабораторные занятия                      | -            |
| практические занятия/ семинарские занятия | 163/-        |
| практическая подготовка                   | -            |
| консультация                              | -            |
| самостоятельная работа                    | 164          |
| промежуточная аттестация                  | 1            |
| общая трудоемкость                        | 328          |

## 3. Структура, тематический план и содержание учебной дисциплины

|   | Контактные часы, контроль | формы текущего контроля                       |
|---|---------------------------|---|
| <b>Раздел:</b><br><b>Организация реабилитации больных и инвалидов.</b>  | 54                        | практическая работа                           |
| <p><b>Тема раздела: Тема 1.1</b> История развития и содержание лечебной физкультуры в России и мире. ЛФК в системе медицинской реабилитации. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях и отделениях реабилитации.</p> <p><b>Тема раздела: Тема 1.2.</b> Медицинская этика и деонтология. Санитарно-просветительная работа. Основы управления здравоохранением и страховой медицины.</p> <p><b>Тема раздела: Тема 1.3.</b> Национальный проект «Здоровье». Теоретические основы организации здравоохранения в РФ. Физическая и реабилитационная медицина в Европе и мире. Использование Международной классификации функционирования в реабилитации.</p> <p><b>Тема раздела: Тема 1.4.</b> Принципы работы мультидисциплинарной бригады (МДБ). Роль врача ЛФК в МДБ. Принципы вертикализации пациентов в процессе реабилитации. Сенсорное выравнивание и сенсорная стимуляция в работе врача ЛФК.</p> |                           |   |
| <b>Раздел:</b><br><b>Анатомофизиологические основы мышечной деятельности</b>  | 56                        | практическая работа                           |
| <p><b>Тема раздела: Тема 2.1.</b> Физиология физических упражнений. Физиология развития детей и их двигательная активность.</p> <p><b>Тема раздела: Тема 2.2.</b> Биохимия мышечной деятельности. Динамическая анатомия.</p> <p><b>Тема раздела: Тема 2.3.</b> Использование международной классификации функционирования у пациентов с нарушением двигательной функции</p>   |                           |   |
| <b>Раздел:</b><br><b>Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки</b>   | 54                        | тест по итогам занятия<br>практическая работа |
| <p><b>Тема раздела: Тема 3.1</b><br/>Теория и методика физического воспитания</p> <p><b>Тема раздела: Тема 3.2.</b> Основы спортивной тренировки.</p>   |                           |   |

|   |            |   |
|---|------------|---|
| <i>Тема раздела: Тема 3.3</i> Гигиена физических упражнений и спортивных сооружений   |            |   |
| <i>Тема раздела: Тема 3.4.</i> Роль мотивации в реабилитации и абилитации. Принципы эрготерапии.  |            |   |
| <b>Раздел:<br/>Определение и оценка<br/>физического развития</b>  | 56         | тест по итогам занятия<br>практическая работа |
| <i>Тема раздела: Тема 4.1.</i> Определение физического развития и методы оценки.  |            |   |
| <i>Тема раздела: Тема 4.2.</i> Функциональные классы  |            |   |
| <i>Тема раздела: Тема 4.3.</i> Безопасность лечебной физкультуры  |            |   |
| <b>Раздел:<br/>Средства и формы лечебной физкультуры и<br/>реабилитации</b>   | 54         | практическая работа                           |
| <i>Тема раздела: Тема 5. 1</i> Метод физической реабилитации и его характерные особенности. Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре. Формы физической реабилитации.   |            |   |
| <i>Тема раздела: Тема 5.2.</i> Лечебно-оздоровительные формы физкультуры. Психофизическая тренировка. Мануальная терапия позвоночника и суставов.   |            |   |
| <b>Раздел:<br/>Заболевания и травмы у спортсменов</b>   | 54         | тест по итогам занятия                        |
| <i>Тема раздела: Тема 6.1.</i> Профилактика заболеваний спортсменов. Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы. Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов |            |   |
| <i>Тема раздела: Тема 6.2.</i> Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов. Спортивные травмы.  |            |   |
| <b>Итого часов</b>  | <b>328</b> |   |