

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДДМ»  
(АНО ДПО «ДДМ»)**

---

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
Автономной некоммерческой организации  
дополнительного профессионального образования  
«ДДМ»  
\_\_\_\_\_ Е.С. Русакова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Лечебная физкультура»**

**72 академических часов**  
(наименование программы)

Рег. №792К2020

Программа рассмотрена на заседании  
Педагогического совета АНО ДПО  
«ДДМ» и рекомендована к применению  
в образовательном процессе, протокол  
№ 3-ПК  
от «01» октября 2021 г.

**Уфа 2021 г.**

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием по циклу

«Лечебная физкультура»

(срок освоения 72 академических часов)

Разработчики: кандидат медицинских наук Фазлетдинов Р.З., руководитель по учебно-методической работе Галлямова Э.А.

Согласовано:

Директор АНО ДПО «ДДМ» \_\_\_\_\_

Русакова Е.С.

(подпись) ФИО



## 1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Лечебная физкультура» (далее – Программа) разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. №499 (зарег. в Минюсте России 20 августа 2013г. №29444), порядком и сроком совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях, утвержденным приказом Минздрава России от 03 августа 2012г. №66н (зарег. в Минюсте России 04 сентября 2012г. №25359).

При разработке Программы учтены требования:

- Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей в сфере здравоохранения», утв. Приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 23 июля 2010г. №541н;

-Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. N 502)

-Профессионального стандарта 02.042 «Специалист по медицинскому массажу» Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 26 ноября 2018 года N 744н.

Указанные требования реализуются в Программе путем изучения соответствующих дисциплин, занятий, промежуточной и итоговой аттестации.

Программа реализуется в заочной форме с применением электронного дистанционного обучения.

Под электронным обучением понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемых при реализации Программы информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников.

Применение электронного обучения обеспечивает освоение слушателями Программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Освоение Программы завершается итоговой аттестацией слушателей. Лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются удостоверения о повышении квалификации установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, установленному в АНО ДПО «ДДМ».

### **Актуальность программы и сфера применения слушателями полученных компетенций (профессиональных компетенций).**

Актуальность дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Лечебная физкультура» заключается в том, что лечебная физкультура (ЛФК) основывается на современных научных данных в области медицины, биологии, физической культуры. Основным средством ЛФК являются физические упражнения, применяемые в соответствии с задачами лечения, с учетом этиологии, патогенеза, клинических особенностей, функционального состояния организма, степени общей физической работоспособности. В связи с этим необходима подготовка специалистов способных и готовых к применению современных форм и средств лечебной физкультуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов различных возрастных категорий при широком спектре заболеваний, а также к проведению этапного, текущего контроля эффективности занятий по лечебной физкультуре, выявлению предпатологических и патологических состояний у пациентов, включая неотложные.

#### **1.2 Цели и задачи дисциплины (модуля)**

**Цель учебной дисциплины** является систематизация и углубление профессиональных знаний, умений, навыков, освоение новых знаний, методик в области лечебной физкультуры.

#### **Основные задачи дисциплины (модуля):**

-приобретение и совершенствование знаний о методах и средствах лечебной физкультуры, особенностях проведения занятий по лечебной физкультуре для лиц с различными патологиями, контроле самочувствия больных до и после проведения занятий;

-приобретение и совершенствование знаний и навыков контроля эффективности занятий по лечебной физкультуре;

-совершенствование навыков использования методов и средств лечебной физкультуры с учетом патологий пациентов различных возрастных групп;

-обновление существующих теоретических и освоение новых знаний, методик и изучение передового практического опыта в области лечебной физкультуры.

Характеристика квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, в том числе трудовых функций и (или) уровней квалификации слушателей  
Квалификационная характеристика по должности **«Инструктор по лечебной физкультуре»**

**Должностные обязанности.** Подготавливает помещение, гимнастические предметы и снаряды для проведения занятий по лечебной физкультуре. Контролирует самочувствие больных до и после проведения занятий. Проводит занятия с больными в бассейне и на механотерапевтических аппаратах. Показывает физические упражнения и осуществляет страховку больных при их выполнении. Следит за правильностью выполнения больными физических упражнений и переносимостью занятий. По назначению врача проводит отдельные виды лечебного массажа. Совместно с врачом по лечебной физкультуре разрабатывает схемы лечебной гимнастики и комплексы физических упражнений к ним на основе современных методик восстановления физического здоровья и реабилитации больных. Ведет учетно-отчетную документацию.

**Должен знать:** законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере здравоохранения, основы физиологии и патофизиологии организма, методику проведения занятий по лечебной физкультуре для больных с различными заболеваниями, показания к проведению занятий по лечебной физкультуре, основы проведения лечебного массажа, правила личной гигиены, санитарно-гигиенические нормы при проведении занятий по лечебной физкультуре, основные причины заболеваний и травм, их клинические проявления, методы диагностики заболеваний, виды их осложнений, методы лечения и профилактики заболеваний и травм, виды, формы и методы реабилитации, организацию и проведение мероприятий по реабилитации пациентов, медицинскую этику, психологию профессионального общения, основы функционирования бюджетно-страховой медицины и добровольного медицинского страхования, основы валеологии и санологии, основы трудового законодательства, правила внутреннего трудового распорядка, правила по охране труда и пожарной безопасности.

**Требования к квалификации.** Среднее профессиональное образование по специальности «Сестринское дело», «Лечебное дело», «Акушерское дело» и сертификат

специалиста по специальности «Лечебная физкультура», без предъявления требований к стажу работы.

**Требования к квалификации.** Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена по одной из специальностей «Сестринское дело», «Лечебное дело», «Акушерское дело» и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки по специальности «Медицинский массаж».

### **1.3. Компетенции обучающегося, совершенствуемые в результате освоения данной образовательной программы.**

#### **По специальности «Лечебная физкультура»:**

Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию:

#### **Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах.**

ПК 2.2. Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.

ПК 2.2.1. Проводить лечебную физическую культуру в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

ПК 2.2.2. Проводить лечебную физическую культуру по показаниям при определенной патологии.

ПК 2.5. Соблюдать правила использования аппаратуры, оборудования и изделий медицинского назначения в ходе лечебно-диагностического процесса.

ПК 2.6. Вести утвержденную медицинскую документацию.

ПК 2.7. Осуществлять реабилитационные мероприятия с применением методов лечебной физкультуры

#### **Оказание доврачебной медицинской помощи при неотложных и экстремальных состояниях.**

ПК 3.1. Оказывать доврачебную помощь при неотложных состояниях и травмах.

ПК 3.2. Участвовать в оказании медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях.

**Обобщенная трудовая функция** профессионального стандарта «Специалист по медицинскому массажу»:

**(код А)** Проведение медицинского массажа.

**A/02.5** Выполнение медицинского массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности.

Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию:

**ПК 1.** Проводить обследование пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа.

**ПК 2.** Выполнять медицинский массаж с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности.

**ПК 3.** Ведение медицинской документации.

#### **1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

##### **Знать:**

- правила подготовки помещения, оборудования и инвентаря к занятиям по лечебной физкультуре;
- методы и способы обеспечения безопасной окружающей среды для медицинского персонала и пациентов при проведении занятий по лечебной физкультуре;
- современные формы и методы лечебной физкультуры;
- классификацию физических упражнений;
- показания и противопоказания к методам лечебной физкультуры у детей и взрослых, а также осложнения со стороны имеющихся заболеваний возможные при проведении занятий по лечебной физкультуре;
- правила составления комплексов упражнений на основе современных методик;
- механизмы лечебного действия лечебной физкультуры;
- способы дозирования физической нагрузки при составлении комплексов физических упражнений с учетом возрастных особенностей;
- универсальные и специальные критерии эффективности проведения лечебной физкультуры и методы их оценки;
- особенности проведения медицинского массажа при различных заболеваниях и состояниях в различные возрастные периоды;
- правила сочетания медицинского массажа с пассивными и активными упражнениями лечебной физической культуры, физиотерапией, мануальной терапией;

##### **Уметь:**

- подготавливать помещения, оборудование и инвентарь для проведения лечебной физкультуры;

- организовывать безопасную окружающую среду для медицинского персонала и пациентов при проведении занятий по лечебной физкультуре;
- участвовать в разработке (совместно с врачом) комплексов физических упражнений для проведения занятий по лечебной физкультуре с учетом возрастных особенностей;
- проводить мониторинг эффективности и безопасности применения лечебной физкультуры у детей и взрослых при различных заболеваниях и состояниях;
- применять медицинские изделия и спортивный инвентарь для проведения занятий по лечебной физкультуре;
- проводить демонстрацию физических упражнений;
- проводить индивидуальные и групповые занятия по лечебной физкультуре с пациентами различных возрастных групп с учетом имеющихся заболеваний и состояний;
- дозировать физическую нагрузку по назначению врача в соответствии с двигательным режимом и особенностями физического состояния пациента;
- пользоваться различными видами медицинского массажа;
- соблюдать правила сочетания медицинского массажа с пассивными и активными упражнениями лечебной физической культуры, физиотерапией, мануальной терапией;

**Владеть навыками:**

- планировать этапы лечения средствами лечебной физкультуры;
- составлять схемы занятий лечебной физкультуры: целевая установка, содержание, длительность, методические указания;
- составлять конспект занятия лечебной гимнастики (задачи, индивидуальные задачи, специальные средства ЛФК, дополнительные средства);
- проводить индивидуальные, групповые занятия лечебной гимнастикой, занятия на тренажерах, механоаппаратах, организовать пешеходные прогулки, терренкур, ходьбу на лыжах, греблю и другие формы ЛФК;
- сочетать лечебную физкультуру с физиотерапевтическими процедурами, вытяжением, мануальной терапией и др.
- выполнение различных видов медицинского массажа согласно выбранной методике проведения медицинского массажа и составленному плану, в соответствии с назначением врача или фельдшера (в случае возложения на фельдшера функций лечащего врача);
- соблюдение правил сочетания медицинского массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией, мануальной терапией;
- контролировать состояние пациентов в ходе занятия, оценивать результаты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.



**1.5 Категория обучающихся** – Среднее профессиональное образование по специальности «Сестринское дело», «Лечебное дело», «Акушерское дело» и сертификат специалиста по специальности «Лечебная физкультура», или по дополнительным специальностям «Медицинский массаж», без предъявления требований к стажу работы.

**1.6. Форма обучения:** заочная, с применением дистанционных технологий.

**1.7. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы:** удостоверение о повышении квалификации.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	В том числе		Всего часов
		Лекции	Самостоятельная работа*	
<b>1.</b>	<b>Модуль I. Методические основы ЛФК.</b>	<b>8</b>		<b>8</b>
1.1	Основы общей методики ЛФК. Роль ЛФК и массажа в реабилитации больных.	2		2
1.2	Анатомо-физиологические особенности детского организма.	2		2
1.3	Систематизация средств лечебной физкультуры.	2		2
1.4	Физические упражнения, их классификация и дозировка.	2		2
<b>2</b>	<b>Модуль II. Частные методики ЛФК.</b>	<b>31</b>	<b>6</b>	<b>37</b>
2.1	Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.	3	1	4
2.2	Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.	3	1	4
2.3	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы.	7	1	8

2.4	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.	8	1	9
2.5	Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	7	1	8
2.6	Лечебная физкультура в пред- и послеоперационном периоде восстановительного лечения хирургии.	3	1	4
<b>3</b>	<b>Модуль III. ЛФК в детской практике.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
3.1	Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания и ССС в детской практике.	3	1	4
3.2	Лечебная физкультура и массаж детей грудного и раннего возраста.	3	1	4
3.3	Лечебная физкультура при нарушениях костно-мышечной системы у детей.	2		2
3.4	Лечебная гимнастика при миопии у детей.	2		2
<b>4</b>	<b>Модуль IV. Инфекционная безопасность. Неотложные состояния. Медицина катастроф.</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>13</b>
4.1	Инфекционная безопасность.	3	1	4
4.2	Неотложные состояния.	4	1	5
4.3	Медицина катастроф.	3	1	4
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Итого</b>	<b>61</b>	<b>11</b>	<b>72</b>

\*Самостоятельная работа реализуется в форме тестовых заданий по тематикам модулей программы.

### 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

	Периоды освоения*	
	1 неделя	2 неделя
Понедельник	УД	УД
Вторник	УД	УД

Среда	УД	УД
Четверг	УД	УД
Пятница	УД	УД
<i>Суббота</i>	В	ИА
<i>Воскресенье</i>	В	В

\* 2 учебные недели = 72 акад. часов

УД - учебный день (состоит из изучения лекционного материала и самостоятельной работы)

ИА – итоговая аттестация (тестирование)

В- выходной день

#### **4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

##### **Модуль I. Методические основы ЛФК.**

**Тема 1. Основы общей методики ЛФК. Роль ЛФК и массажа в реабилитации больных.**

Медицинская реабилитация. Предмет изучения лечебной физкультуры. Аспекты реабилитации. Формы и методы лечебной физкультуры. Принципы тренировки. Схема занятия. Методические указания. Роль ЛФК и массажа в реабилитации больных.

##### **Тема 2. Анатомо-физиологические особенности детского организма.**

Анатомо-физиологические особенности детей в младенчестве. АФО детей ясельного периода, дошкольного, младшего школьного возраста. АФО подростков (11-17 лет). Костная система. Мышечная система. Дыхательная система. Сердечно-сосудистая система. Пищеварительная система. Органы мочевого выделения. Эндокринная система. Иммунная система

##### **Тема 3. Систематизация средств лечебной физкультуры.**

Классификация физических упражнений. Гимнастические упражнения. Общеукрепляющие упражнения. Специальные упражнения. Дыхательные упражнения. Спортивно - прикладные упражнения и игры. Виды и краткая характеристика.

##### **Тема 4. Физические упражнения, их классификация и дозировка.**

Классификация физических упражнений. Нагрузка. Величина физической нагрузки. Факторы, влияющие на величину нагрузки. Дозировка нагрузки. Режим движений (режим активности). Функциональное тестирование кардиореспираторной системы. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. Врач-специалист и инструктор (методист) по ЛФК.

Обязанности врача и инструктора по ЛФК. Схема занятий и их разработка. Комплексы упражнений.

## **Модуль II. Частные методики ЛФК.**

### **Тема 1. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.**

Заболевания органов дыхания. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Основные задачи ЛФК. Показания и противопоказания. Схема построения занятия лечебной гимнастики при заболеваниях органов дыхания. Комплекс дыхательных динамических упражнений. Примерный комплекс упражнений.

### **Тема 2. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.**

Показатели риска. Принципы лечебной физкультуры при заболеваниях органов пищеварения. ЛФК при язвенной болезни желудка. Задачи ЛФК. Формы ЛФК. Показания и противопоказания. Примерный комплекс упражнений.

### **Тема 3. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы.**

Лечебная физкультура при спастических параличах. Лечебная физкультура при вялых параличах. Лечебная физкультура при атаксии и непроизвольных движениях. Лечебная физкультура при функциональных расстройствах нервной системы.

### **Тема 4. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.**

Лечебная физкультура при травмах конечностей. Лечебная физкультура при переломах позвоночника и таза. Лечебная физкультура при обморожениях, ожогах и ампутации конечностей. Лечебная физкультура при заболеваниях позвоночника. Лечебная физкультура при заболеваниях суставов.

### **Тема 5. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.**

Методика лечебной физкультуры при инфаркте миокарда. Методика лечебной физкультуры при гипертонической болезни и вегето-сосудистой дистонии. Методика лечебной физкультуры при компенсированных пороках сердца, миокардитах, миокардиодистрофии. Методика лечебной физкультуры при заболеваниях периферических сосудов

### **Тема 6. Лечебная физкультура в пред- и послеоперационном периоде восстановительного лечения хирургии.**

Хирургическое лечение. ЛФК при операциях на легких. Задачи ЛФК. Формы ЛФК. Показания и противопоказания. Комплекс упражнений ЛФК в разные периоды восстановительного лечения.

### **Модуль III. ЛФК в детской практике.**

#### **Тема 1. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания и ССС в детской практике.**

Методы применения физических упражнений. Направленность физических упражнений. Специальная тренировка. Лечебная гимнастика. Корректирующая гимнастика. Подвижные игры. Двигательная деятельность ребенка.

#### **Тема 2. Лечебная физкультура и массаж детей грудного и раннего возраста.**

Влияние массажа на детский организм. Особенности массажа для детей. Показания и противопоказания. Правила проведения массажа Техника, приемы выполнения массажа детям. Примерный комплекс упражнений.

#### **Тема 3. Лечебная физкультура при нарушениях костно-мышечной системы у детей.**

Осанка. Нарушения осанки. Профилактика и коррекция нарушений осанки. Примерный комплекс лечебной гимнастики. Формирование красивой походки. Плоскостопие. Принципы применения ЛФК при деформациях стопы. Примерный перечень упражнений, выполняемых в различных исходных положениях

#### **Тема 4. Лечебная гимнастика при миопии у детей.**

ЛФК для лечения косоглазия, близорукости, зрительной астенопии. Задачи ЛФК. Формы ЛФК. Показания и противопоказания. Лечебные тренировки глаз. Примерный комплекс упражнений. Методы тренировки. Массаж и типы массажа.

### **Модуль IV. Инфекционная безопасность. Неотложные состояния. Медицина катастроф.**

#### **Тема 1. Инфекционная безопасность.**

Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи: - понятие о ИСМП. Способы передачи инфекции в медицинском учреждении. Профилактика мероприятия. Обработка рук персонала. Общие требования к дезинфекционному режиму в МО. Правила обращения с медицинскими отходами, структура и классификация медицинских отходов, организация системы сбора и удаления отходов в медицинских учреждениях. Функциональные обязанности должностных лиц медицинских организаций по сбору, хранению и удалению отходов.

#### **Тема 2. Неотложные состояния.**

Причины и ранние признаки неотложных состояний. Тактика сестринского вмешательства, медикаментозная терапия, алгоритмы действий оказания неотложной помощи при острой сердечно-сосудистой недостаточности (коллапс, обморок); судорожном синдроме; инфекционно-токсическом синдроме; острой дыхательной недостаточности; гипертермическом синдроме; анафилактическом шоке; носовом кровотечении; комах при сахарном диабете.

### **Тема 3. Медицина катастроф.**

Организация службы медицины катастроф. Медицинская сортировка пострадавших при катастрофах. Лечебно-эвакуационное обеспечение населения в чрезвычайных ситуациях. Розыск раненых и больных в очагах катастроф и оказание им медицинской помощи. Терминальные состояния. Асфиксия, утопление, электротравмы. Оказание медицинской помощи в экстремальных ситуациях.

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **1. Общие требования к реализации Программы.**

1.1. Организационно-педагогические условия реализации Программы должны обеспечивать ее реализацию в полном объеме, соответствие качества подготовки обучающихся установленным требованиям, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения возрастным особенностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Для реализации Программы могут использоваться:

-учебный класс, оборудованный учебной мебелью, учебной доской, средствами мультимедиа-демонстраций, схемами и макетами, программно-аппаратными средствами проверки знаний.

-помещение с оборудованным рабочим местом преподавателя, оснащенный ПЭВМ, имеющим выход в Интернет; вебкамерой; комплектом слайдов по программе, программно-аппаратными средствами проверки знаний.

Продолжительность учебного часа должна составлять 45 минут.

1.2. АНО ДПО «ДДМ» располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий, предусмотренных учебным планом и рабочей программой.

1.3. Каждый слушатель в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (электронной библиотеке) и к электронной информационно-образовательной среде. Электронно-

библиотечная система (электронная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность доступа обучающимся из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), как на территории организации, так и вне ее.

Электронная информационно-образовательная среда обеспечивает:

-доступ к учебному плану, рабочей программе дисциплин, к электронной библиотеке и электронным образовательным ресурсам по дисциплинам;

-фиксацию хода образовательного процесса, результатов освоения программы;

-проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения;

-формирование электронного портфолио слушателя, в том числе сохранение результатов изучения учебно-методических материалов и прохождения установленных Программой аттестаций;

-взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет».

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

1.4. Реализация Программы предусматривает применение следующих видов учебных занятий: лекции, самостоятельная работа, консультации, итоговая аттестация, которые реализуются с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.5. Выбор методов обучения определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности слушателей, степенью сложности изучаемого материала, наличием и состоянием технических средств обучения, местом и продолжительностью проведения занятий.

## ***2. Требования к материально-техническому и учебно-методическому обеспечению программы.***

2.1. Учебная аудитория для проведения занятий, итоговой аттестаций укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Аудитория оснащена компьютерной техникой с возможностью подключения к сети

«Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

2.2. Оргтехника обеспечена необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

2.3. Электронно-библиотечная система (электронная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают одновременный доступ 50 слушателей, обучающихся по Программе.

2.4. Материально-техническое обеспечение Программы представлено ниже.

Таблица 1.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов и объектов	Форма владения, пользования (собственность, оперативное управление, аренда, безвозмездное пользование и др.)
<b>1. Оснащение помещениями</b>			
1	Учебные классы площадью 22,0 кв.м. и 14,7 кв.м	г.Уфа, ул.Достоевского, 139/1	аренда
<b>2. Информационное и программное обеспечение образовательной деятельности</b>			
3	Предоставление услуг доступа телекоммуникационной сети «Интернет»	г.Уфа, ул.Достоевского, 139/1	-
4	Установка, администрирование и техническая поддержка системы дистанционного обучения на базе программного продукта MOODLE	г.Уфа, ул.Достоевского, 139/1	-
5	Лицензия на программное обеспечение Microsoft	г.Уфа, ул.Достоевского, 139/1	лицензионное соглашение
<b>3. Оргтехника, технические и мультимедийные средства обучения</b>			



10	ПЭВМ		собственность
11	Проекторный аппарат		собственность
12	Ноутбук (с встроенной видеокамерой)		собственность
13	Экран		собственность
14	Видеокамера с микрофоном		собственность
<b>4. Литература</b>			
15	Учебно-методические пособия по дисциплинам, входящим в Программу		собственность
16	Электронная библиотека (перечень законодательных и нормативных правовых актов, национальных стандартов по дисциплинам Программы)		

### ***3. Организация дистанционного обучения***

3.1. Доступ слушателей к электронной информационно-образовательной среде осуществляется с помощью присваиваемых и выдаваемых, им логинов и паролей.

Логин и пароль состоит из буквенных и цифровых символов.

3.2. Слушателю одновременно с направлением логина и пароля, также направляется инструкция пользователя по работе в электронной информационно-образовательной среде.

3.3. Введя логин и пароль, слушатель получает доступ к электронным информационным ресурсам и электронным образовательным ресурсам.

3.4. Электронные информационные ресурсы представляют собой базу законодательных, нормативных правовых актов, нормативно-технических документов, национальных стандартов по Программе.

3.5. Электронные образовательные ресурсы представляют собой учебные материалы, разработанные на основе законодательных, нормативных правовых актов, нормативно-технических документов, национальных стандартов.

3.6. Учебный материал разбит на дисциплины, которые в свою очередь разбиты на занятия.

3.7. При изучении каждой дисциплины слушатель имеет возможность направлять вопросы (замечания, предложения и т.п.) по электронной почте [ddmcenter@yandex.ru](mailto:ddmcenter@yandex.ru).

Ответы на поставленные вопросы направляются слушателю индивидуально.

3.8. Дисциплины могут изучаться слушателями в любой последовательности.

#### **4. Кадровое обеспечение.**

4.1 Реализация Программы осуществляется профессорско-преподавательским составом, состоящим из специалистов, систематически занимающихся научной и научно-методической деятельностью со стажем работы в системе высшего и/или дополнительного профессионального образования в сфере здравоохранения не менее 5 лет.

### **6. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ**

После изучения программы проводится зачет в виде теста.

Итоговая аттестация (экзамен) состоит из одного этапа.

**Итоговая аттестация** (экзамен) проводится в следующей форме:

Тестирования для проверки теоретических знаний.

Каждому слушателю предлагается комплект разноуровневых контрольно-измерительных материалов.

**Критерии оценки:**

- 100-91% правильных ответов – «отлично»;
- 90-81% правильных ответов – «хорошо»;
- 80-71% правильных ответов – «удовлетворительно»;
- 70% и менее правильных ответов – «неудовлетворительно».

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть ДПП и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения.

Для **самостоятельной работы** слушателей на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям программы повышения квалификации имеется фонд оценочных средств.

Фонд включает: тестовые задания для самоконтроля, позволяющие оценить степень сформированности компетенций слушателей.

### **7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

**Примеры тестовых заданий**

1. Нарушение связей, взаимодействия организма с внешней средой, нарушение адаптации к среде обитания, проявляющееся в нарушении функций организма или его частей, органов, систем:

- 1) здоровье;
  - 2) общественное здоровье;
  - 3) болезнь;
  - 4) предболезнь.
2. Лечебная физкультура включает:
- 1) лечебный массаж;
  - 2) использование природных факторов;
  - 3) лечебную гимнастику;
  - 4) лечебный массаж, использование природных факторов, лечебную гимнастику.
3. Физические упражнения являются:
- 1) основным средством лечебной гимнастики (ЛГ);
  - 2) вспомогательным средством ЛГ;
  - 3) основным средством лечебного массажа;
  - 4) средством закаливания организма.
4. Основные дыхательные упражнения предполагают участие:
- 1) вспомогательных дыхательных мышц;
  - 2) основных дыхательных мышц;
  - 3) мышц плечевого пояса;
  - 4) мышц тазового дна.
5. Физические факторы подразделяются на:
- 1) природные и искусственные;
  - 2) основные и вспомогательные;
  - 3) сильные и умеренные;
  - 4) надпороговые и подпороговые.
6. Физические упражнения оказывают:
- 1) трофическое действие;
  - 2) развивающее действие;
  - 3) стимулирующее действие;
  - 4) всё перечисленное.
7. Профессиональные обязанности инструктора по лечебной физкультуре включают:
- 1) проведение групповых и индивидуальных занятий с больными;
  - 2) составление схем процедур лечебной гимнастики;
  - 3) обследование больных.
8. Индекс Кетле учитывает:

- 1) рост и вес;
- 2) объём груди;
- 3) обхват бедра.

9. Функциональные пробы позволяют оценить:

- 1) состояние здоровья;
- 2) уровень резервных возможностей организма;
- 3) психоэмоциональное состояние и физическое развитие

10. При проведении спирометрии записывается:

- 1) средний результат
- 2) меньший результат;
- 3) больший результат.

11. К упражнениям для средних мышечных групп относятся:

- 1) упражнения для мышц бедра;
- 2) упражнения для мышц шеи;
- 3) упражнения для мимических мышц;
- 4) упражнения для мышц живота.

12. Пациентам с заболеванием инфаркт миокарда на послебольничном этапе рекомендуют:

- 1) повышение толерантности к физической нагрузке;
- 2) неограниченную ходьбу по лестнице;
- 3) статические усилия.

13. Задачами ЛФК при остеохондрозе являются:

- 1) профилактика тромбозов;
- 2) восстановление двигательного стереотипа;
- 3) развитие функций внешнего дыхания;
- 4) улучшение периферического кровообращения.

14. К горизонтальным исходным положениям относятся:

- 1) положения стоя и сидя;
- 2) положения: лёжа, колено-кистевое и колено-локтевое.

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).**

**Основная литература:**

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / В.А.Епифанов. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2017. – 528 с.
2. Красильникова И.М. Неотложная доврачебная медицинская помощь: учеб. пособие / И.М. Красильникова, Е.Г. Моисеева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. – 192с.: ил.
3. Лечебная физическая культура: учебник / под редакцией С.Н. Попова. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 288 с.
4. Мухина, С. А. Практическое руководство к предмету "Основы сестринского дела" / С.А. Мухина, И.И. Тарновская. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с.
5. Мухина, С. А. "Теоритические основы сестринского дела" / С.А. Мухина, И.И. Тарновская. 2-е изд., исправлен. И доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 368 с.
6. Неотложная медицинская помощь: учебник / Т,В. Отвагина. – Изд. 11-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2019. – 251с.: ил.
7. Первая медицинская помощь: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / [П.В. Глыбочко и др.]. – 8-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 240с.
8. Третьякова, Н. В. Лечебная физическая культура и массаж: учебное пособие / Н. В. Третьякова. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2018.
9. Физическая реабилитация. В 2 т.: учебник / под редакцией С.Н. Попова. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 288 с.

#### **Дополнительная литература:**

1. Белая Н. А. Руководство по лечебному массажу / 2–е изд. – М.: Медицина, 2017. – С. 287.
2. Белоголовский Г.Г. Анатомия человека (для массажистов). – Изд-во ЙОКНЕАМ ИЛЛИТ, 2017. – 635 с.
3. Бирюков А. А. Спортивный массаж: учеб. для студентов высших учеб. завед., обучающихся по специальности «Физическая культура». – М.: ИЦ «Академия», 2018. – 576 с.
4. Вербов А. Ф. Основы лечебного массажа. 5–е изд. – М.: Медицина, 2017. – 303 с.
5. Готовец П.И., Субботин А. Д., Селиванов В. П. Лечебная физическая культура и массаж. – М.: Медицина, 2017. – 302 с.
6. Дунаев И. В. Массаж отдельных анатомических областей тела человека. М., 2019. 95 с.
7. Ерёмушкин М. А. История массажа. Забытые секреты мастерства. – М., 2017. – 156с.

8. Еремушкин М.А. Классическая техника массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Справочное пособие. – СПб.: Наука и техника, 2017. – 192 с.

9. Кондрашов А. В., Ходарев С. В., Харламов Е. В. Медицинский массаж. — Ростов на Дону: Феникс, 2019. – 384 с.

#### **Нормативные документы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

2. Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. N 499 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам".

4. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 августа 2012 г. N 66н "Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях".

5. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 10 февраля 2016 года N 83н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам со средним медицинским и фармацевтическим образованием»

6. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 23.07.2010 N 541н "Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере Здравоохранения".

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. N 163 р «О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы».

8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15.04.2013 г. № 614-р «О комплексе мер по обеспечению системы здравоохранения Российской Федерации медицинскими кадрами до 2018 года».

9. О государственной аккредитации образовательных учреждений и организаций (Приказ Минобрнауки РФ от 25.07.2012г. № 941).