

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Калинин Р.Е.
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.08.2026 12:42:58
Уникальный программный ключ:
40e1d729392b27c8c3c5e4145020da90ba799b43



Министерство здравоохранения Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова»

Министерства здравоохранения Российской Федерации
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

УТВЕРЖДЕНА

учёным советом

ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

(протокол от 21.04.2026 N 9)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физкультура и спортивная медицина

ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА СПЕЦИАЛИТЕТА

по специальности 31.05.01 Лечебное дело
направленность (профиль): Лечебное дело

Квалификация выпускника
Врач-лечебник

Форма обучения
очная

Разработчики: кафедра физического воспитания, ЛФК и спортивной медицины

Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность в Университете
Антонович Марина Николаевна	к.м.н.	Доцент кафедры
Толстова Татьяна Ивановна	к.м.н., доцент	Доцент кафедры

Рецензенты:

Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность, организация
Глотов Сергей Иванович	к.м.н., доцент	Доцент кафедры факультетской терапии им. проф. В.Я. Гармаша ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
Селезнев Александр Викторович	к.м.н., доцент	Доцент кафедры общей хирургии, травматологии и ортопедии ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Лечебное дело
(протокол от 17.04.2026 N 5)

Одобрено учебно-методическим советом.
(протокол от 20.04.2026 N 5)

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения	
ОПК-2 Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	ОПК-2.1. Анализирует информированность населения о здоровом образе жизни и медицинской грамотности ОПК-2.2. Разрабатывает и участвует в организационно-методических мероприятиях, направленных на повышение информированности населения о здоровом образе жизни, его грамотности в вопросах профилактики заболеваний ОПК-2.4. Демонстрирует способность определять приоритетные проблемы и риски здоровью пациента (населения)	Знать: методы и средства лечебной физической культуры и критерии их применения для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности по формированию здорового образа жизни, санитарно-гигиеническому просвещению и профилактическим мероприятиям у населения. Уметь: оценить физическое состояние организма и применить необходимые при этом методы и средства лечебной физической культуры. Владеть: методами оценки физического состояния организма и наиболее часто применяющимися методами и средствами лечебной физкультуры для обеспечения полноценного формирования здорового образа жизни, профилактических мероприятий и санитарно-гигиенического просвещения населения.
ОПК-3 Способен к противодействию применению допинга в спорте и борьбе с ним	ОПК-3.1. Знает международные правовые нормы и законодательство Российской Федерации в части запрета препаратов, способов и методов для принудительного повышения спортивной работоспособности ОПК-3.2. Знает об ответственности медицинских работников за назначение запрещенных препаратов, фармакологических и других веществ ОПК-3.3. Информирован о фармакологических свойствах препаратов, используемых в качестве допинга и их воздействии на организм человека ОПК-3.4. Разъясняет пагубность принудительного повышения спортивной работоспособности и побочные эффекты на организм. ОПК-3.5. Осуществляет мероприятия направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбу с ним	Знать: основы антидопингового законодательства, классификацию запрещенных субстанций по Медицинскому кодексу МОК, их фармакодинамику, методы допинг-контроля и меры ответственности за применение допинга. Уметь: оценивать психо-физиологическое состояние спортсмена и его результаты, для выявления показаний к фармакологической коррекции разрешенными средствами, проводить профилактические беседы на тему противодействия применению допинга в спорте и борьбе с ним, а при необходимости – оценить применяемые спортсменом препараты по принадлежности к запрещенному списку. Владеть: выявлять предпатологические и патологические состояния у спортсмена, связанные с возможным применением допинга; выявлять применение допинга и противодействовать его применению.
ОПК-8 Способен реализовывать и	ОПК-8.1. Реализовывает мероприятия медицинской реабилитации пациента, в том	Знать: методы контроля эффективности медицинской реабилитации пациента, в том числе при реализации

осуществлять контроль эффективности медицинской реабилитации пациента, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалидов, проводить оценку способности пациента осуществлять трудовую деятельность	числе при реализации индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалида в рамках первичной медико-санитарной помощи ОПК-8.2. Осуществляет контроль эффективности реабилитационных мероприятий и прогноза, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалида в рамках первичной медико-санитарной помощи ОПК-8.3. Проводит оценку способности пациента осуществлять трудовую деятельность в зависимости от степени функциональных нарушений. ОПК-8.4. Способность и готовность организовать рабочее пространство и безопасную больничную среду, обучать семью адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида	индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалидов; методы оценки способности пациента осуществлять трудовую деятельность. Уметь: оценить физическое состояние пациента и применить необходимые для этого методы контроля эффективности реабилитационных мероприятий, в том числе и в абилитации инвалидов; применить необходимые для этого методы оценки способности пациента осуществлять трудовую деятельность; проводить простые тренировки. Владеть: методами оценки физического состояния организма и наиболее часто применяющимися методами контроля эффективности реабилитационных мероприятий, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалидов; методами проведения оценки способности пациента осуществлять трудовую деятельность; обучить пациента и/ли его родственников адаптации помещения и проведению простейших процедур контроля переносимости нагрузки.
ПК-2 Способен проводить обследование пациента с целью установления диагноза	ПК-2.1. Собирает жалобы, спортивный анамнез, анамнез жизни и заболевания пациента ПК-2.2. Проводит полное физикальное обследование пациента (осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация, проведение функциональных проб) ПК-2.3. Формулирует предварительный диагноз и составляет план лабораторных и инструментальных обследований пациента, направляет к врачам-специалистам. ПК-2.5. Направляет пациента-спортсмена для оказания специализированной медицинской помощи в стационарных условиях или в условиях дневного стационара при наличии медицинских показаний в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами	Знать: методы сбора жалоб, анамнеза жизни и спортивного анамнеза, проведение оценки физического состояния пациента, в том числе, и с помощью функциональных проб; средства лечебной физической культуры и критерии их применения. Уметь: оценить физическое состояние и уровень физической работоспособности организма пациента, в том числе, и с применением функциональных проб; рекомендовать необходимые при этом методы и средства лечебной физической культуры. Владеть: методами оценки физического состояния и уровня физической работоспособности организма и наиболее часто применяющимися методами и средствами лечебной физкультуры для обеспечения полноценного функционирования пациента с установленным диагнозом.

	лечения) по вопросам оказания медицинской помощи с учетом стандартов медицинской помощи ПК-2.6. Проводит дифференциальную диагностику с другими заболеваниями/ состояниями, в том числе неотложными ПК-2.7. Устанавливает диагноз с учетом действующей международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем.	
--	---	--

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы (далее - ОП)

Дисциплина «Лечебная физкультура и спортивная медицина» относится к Вариативной части Блока1 ОП специалитета по специальности 31.05.01 Лечебное дело

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины: в з.е. 2/ час 72

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		12
Контактная работа	24	24
В том числе:	-	-
Лекции	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-
Практические занятия (ПЗ)	24	24
Семинары (С)	-	-
Самостоятельная работа (всего)	48	48
В том числе:	-	-
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям	20	20
Самостоятельное изучение тем	20	20
Подготовка к зачету	8	8
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость	час.	72
	з.е.	2

4. Содержание дисциплины

4.1 Контактная работа

Практические работы

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 12				
1	1	Организация работы врача по спортивной медицине. Вопросы допуска к спорту. Принципы медицинского и фармакологического обеспечения в спорте. Допинг. Допинг-контроль. Спортивная кардиология. Спортивное сердце. Допуск к спорту при заболеваниях	3	С, Д, Т

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
		ССС. Внезапная смерть в спорте и ее профилактика.		
1	2	Оценка уровня физического развития, физического состояния. Определение уровня физической работоспособности, психофизиологического статуса спортсмена. Патологические состояния в спорте. Хроническое перенапряжение ОДА при занятиях спортом. Спортивные травмы. Первая помощь при травмах.	3	С, Д, Пр
1	3	Функциональные пробы в оценке физического состояния, в выборе программ тренировки и реабилитации. Утомление, переутомление, перенапряжение, перетренированность, их коррекция и профилактика. Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов.	3	С,Д, Пр
1	4	Врачебный контроль. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физкультурой, спортом и ЛФК. Рубежный контроль №1	3	С, Пр, КР
2	5	Основы ЛФК. Место и роль ЛФК в восстановительном лечении. Средства, формы и методы ЛФК. ЛФК в хирургии, в акушерстве и гинекологии.	3	С, Д, Т
2	6	ЛФК в ортопедии (при нарушении осанки, сколиозе, плоскостопии, артрите, остеоартрозе, дорсопатиях и др.) ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.	3	С, Д
2	7	ЛФК при лечении больных терапевтического профиля. ЛФК в кардиологии. Рубежный контроль №2	3	С, Д, КР
2	8	ЛФК в неврологии. Итоговая аттестация. Зачет.	3	С, Д, КР

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

5.1 Самостоятельная работа обучающихся

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела/темы учебной дисциплины	Виды СРС	Всего часов	Вид контроля
1	2	3	4	5	6
1.	12	Принципы фармакологического обеспечения в спорте. Адаптогены, антигипоксанта, антиоксиданты, иммуномодуляторы, ноотропы и гепатопротекторы в спорте. Допинг. Фармакодинамика и классификация допингов по Медицинскому кодексу МОК. Допинг-контроль, требования ВАДА и РУСАДА.	1,2,3,4,5	5	С, Д, Т
2.	12	Медико-биологические проблемы отбора в спорте. Вопросы допуска к спорту. Противопоказания к занятиям спортом. Питание спортсменов - компоненты питания, их влияние и соотношение в	1,2,3,4	5	С, Д,Т

		рационе спортсмена в различные периоды тренировочного процесса. Возмещение дефицита жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности. Оптимизация сна.			
3	12	Патологические состояния, связанные с занятиями спортом: утомление, переутомление, перенапряжение, перетренированность. Хроническое перенапряжение разных систем организма. Периодически возникающие острые проявления хронического физического перенапряжения. Хроническое перенапряжение ОДА при занятиях спортом. Первая помощь при травмах. Спортивный травматизм: характеристика, причины, профилактика. Спортивное сердце: причины, симптомы, современная диагностика, критерии физиологии и патологии, лечение. Заболевания ССС и занятия спортом. Особенности диагностики, ведения пациентов и допуска к спорту после лечения заболеваний ССС. Реабилитация спортсменов с заболеваниями ССС. Внезапная смерть в спорте. Профилактика внезапной смерти в спорте.	1,2,3,4	6	С, Д, Т
4	12	Методы восстановления спортивной работоспособности. Современные методики реабилитации спортсменов.	1,2,3,4	4	С, Д
5	12	Основы ЛФК. Средства, формы и методы ЛФК. Методические основы физической тренировки; дозирование физической нагрузки. Врачебный контроль. Врачебные наблюдения. Функциональные пробы сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, опорно-двигательного аппарата и их значение в оценке физического состояния, в выборе и обосновании программ физической тренировки и реабилитации. Оценка уровня физического развития, физической подготовленности, работоспособности. Основы медицинского массажа. Основные приемы классического массажа. Виды массажа.	1,2	6	С, Д, Т
6	12	ЛФК в хирургии (в пред- и послеоперационном периоде). ЛФК в акушерстве (при беременности по триместрам, в послеродовом периоде) и гинекологии (воспалительные заболевания, аномалии расположения внутренних половых органов).	1,2,3,4,5	6	С,Д, Т

		ЛФК в ортопедии: при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиотическая болезнь, артриты, остеоартроз, дорсопатия ШОП,ГОП,ПОП). ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата (травмы длинных трубчатых костей, позвоночника и таза). ЛФК при лечении больных хирургического и травматологического профиля. ЛФК в хирургии: в пред- и послеоперационном периоде.			
7	12	ЛФК в кардиологии (ИБС, ИМ, ГБ, заболевания сосудов, кардиохирургия). ЛФК в пульмонологии (пневмония, БА, хронический бронхит), гастроэнтерологии (гастрит, ЯБЖ и ДПК, ГЭРБ, холецистит, ДЖВП), эндокринологии (СД, ожирение), нефрологии (пиелонефрит, ПКБ).	1,2,3,4,5	6	С, Д, Т
8	12	ЛФК в неврологии (инсульт, ДЦП). Подготовка к зачету.	1,2,3,4,5	10	С, Д
ИТОГО часов в семестре				48	

Формы текущего контроля успеваемости (с сокращениями): Т – тестирование, С – собеседование по контрольным вопросам, Д – доклад.

6. Обеспечение достижения запланированных результатов обучения

6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой (компетенции с индикаторами достижения)	Наименование оценочного средства
1.	Спортивная медицина	ОПК- 2 (ОПК 2.1, ОПК 2.2, ОПК 2.4), ОПК-3 (ОПК 3.1, ОПК 3.2, ОПК 3.3, ОПК 3.4, ОПК 3.5), ОПК-8 (ОПК 8.1, ОПК 8.2, ОПК 8.3, ОПК 8.4), ПК-2 (ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.6, ПК 2.7)	Тестовые задания, вопросы для собеседования, темы для доклада
2.	Лечебная физкультура	ОПК- 2 (ОПК 2.1, ОПК 2.2, ОПК 2.4), ОПК-8 (ОПК 8.1, ОПК 8.2, ОПК 8.3, ОПК 8.4), ПК-2 (ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.6, ПК 2.7)	Тестовые задания, вопросы для собеседования, темы для доклада

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации программы дисциплины (модуля).

7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1.1.Основная учебная литература:

1. Елифанов, В.А. Лечебная физическая культура : учеб. пособие высш. образования по спец. 31.05.01 "Лечеб. дело" и 31.05.02 "Педиатрия" (уровень специалитета) / В. А. Елифанов, А. В. Елифанов. - 4-е изд., доп. - М. : Изд. группа "ГЭОТАР-Медиа", 2020. - 692 с.

2. Спортивная медицина: [рук.] / под ред. А.В. Елифанова и др. - 2-е изд., доп. - М. : Изд. группа "ГЭОТАР-Медиа", 2019. - 534 с.

7.1.2. Дополнительная учебная литература:

1. Епифанов В.А., Корчажкина Н.Б. Медицинская реабилитация при заболеваниях и повреждениях органов мочевого выделения / Епифанов В. А., Корчажкина Н. Б. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 528 с.

2. Ильина, И.В. Медицинская реабилитация : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / И. В. Ильина. - М. : Юрайт, 2019. - 276 с.

3. Лечебная физическая культура в акушерстве, гинекологии и хирургии : учеб.-метод. пособие / под ред. В.А. Маргазина и др. - СПб. : СпецЛит, 2017. - 142 с.

4. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена : учеб.-метод. пособие / под ред. В.А. Маргазина и др. - СПб. : СпецЛит, 2016. - 112 с.

5. Спортивная медицина / под ред. Б.А. Поляева и др. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд. группа "ГЭОТАР-Медиа", 2022. - 877 с.

6. Спортивная медицина / под ред. Епифанова А. В., Епифанова В. А. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 536 с. - ISBN 978-5-9704-4844-1. - Текст: электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970448441.html>

7. Физическая и реабилитационная медицина (серия Национальные руководства) под ред. Г.Н. Пономаренко - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020-688с.

7.2 Перечень электронных образовательных ресурсов

Электронные образовательные ресурсы	Доступ к ресурсу
ЭБС «Консультант студента» – многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, https://www.studentlibrary.ru	Доступ неограничен (после авторизации)
ЭБС «Юрайт» – ресурс представляет собой виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям, https://urait.ru/	Доступ неограничен (после авторизации)
Электронная библиотека РязГМУ – электронный каталог содержит библиографические описания отечественных и зарубежных изданий из фонда библиотеки университета, а также электронные издания, используемые для информационного обеспечения образовательного и научно-исследовательского процесса университета, https://lib.rzgmu.ru	Доступ неограничен (после авторизации)
Справочно-информационная система «MedBaseGeotar» – ресурс предоставляет достоверную профессиональную информацию для широкого спектра врачебных специальностей в виде периодических изданий, книг, новостной информации и электронных обучающих модулей для непрерывного медицинского образования, , https://www.rosmedlib.ru/cgi-bin/mb4x	Доступ с ПК Центра развития образования
ЭБС «Лань» в ресурсе представлены учебники, пособия, монографии, научные журналы и другой электронный контент, https://e.lanbook.com	Доступ неограничен (после авторизации)
<u>«Большая медицинская библиотека» (БМБ)</u> В рамках проекта сформировано единое электронное образовательное пространство медицинских вузов России и стран СНГ. Участникам проекта предоставляется безвозмездный доступ к ресурсам БМБ: учебникам и пособиям, интерактивным тестам и медиаконтенту. Сервис «Электронные полки дисциплин» Издания РязГМУ и других участников проекта можно найти на <u>«Электронных полках учебных дисциплин»</u> - сервисе удобного доступа к	Доступ неограничен (после авторизации)

рекомендованной преподавателем литературе. Часть изданий, размещенных в «Большой медицинской библиотеке», содержит тестовые задания для самопроверки - Книги, содержащие тесты. Учебно-методическая литература коллекции БМБ на английском, немецком и французском языках для иностранных студентов размещена в составе «Иностранной коллекции». https://amedlib.ru/bolshaya-mediczinskaya-biblioteka-2/	
Коллекция медицинских учебников на французском языке ElsevierMasson. Электронные книги для корпоративных, медицинских, академических и профессиональных библиотек по всему миру. https://123library.org/user/my-library/books	Доступ неограничен (после авторизации)
Национальная электронная библиотека (НЭБ) Это государственная информационная система, которая объединяет оцифрованные фонды российских библиотек. https://rusneb.ru/	Открытый доступ
Система «КонсультантПлюс» – информационная справочная система, http://www.consultant.ru/	Доступ с ПК Центра развития образования
Федеральная электронная медицинская библиотека – часть единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы: клинические рекомендации (протоколы лечения) предназначены для внедрения в повседневную клиническую практику наиболее эффективных и безопасных медицинских технологий, в том числе лекарственных средств; электронный каталог научных работ по медицине и здравоохранению; журналы и другие периодические издания, публикующие медицинские статьи и монографии, ориентированные на специалистов в различных областях здравоохранения; электронные книги, учебные и справочные пособия по различным направлениям медицинской науки; уникальные редкие издания по медицине и фармакологии, представляющие историческую и научную ценность, https://femb.ru/	Открытый доступ
MedLinks.ru – универсальный многопрофильный медицинский сервер, включающий в себя библиотеку, архив рефератов, новости медицины, календарь медицинских событий, биржу труда, доски объявлений, каталоги медицинских сайтов и учреждений, медицинские форумы и психологические тесты, http://www.medlinks.ru/	Открытый доступ
Медико-биологический информационный портал, http://www.medline.ru/	Открытый доступ
Компьютерные исследования и моделирование – результаты оригинальных исследований и работы обзорного характера в области компьютерных исследований и математического моделирования в физике, технике, биологии, экологии, экономике, психологии и других областях знания, http://crm.ics.org.ru/	Открытый доступ
Портал научных журналов на платформе ЭКО-ВЕКТОР – доступ к электронной базе данных российских научных рецензируемых журналов организован в многопользовательском режиме, без ограничения числа одновременных подключений к ресурсу и предоставляет возможность частичного копирования данных и распечатки https://journals.eco-vector.com/index/search/category/784	Открытый доступ
БД EastView Электронная база данных периодических изданий «EastView» в рамках определенной коллекции. Полные тексты статей из журналов представлены в форматах html, pdf. https://eivis.ru/basic/details	Открытый доступ
Вестник современной клинической медицины Журнал «Вестник Современной Клинической Медицины», в котором содержатся статьи медицинской	Открытый доступ

направленности: оригинальные исследования, обмен опытом, обзоры, организация здравоохранения. http://vskmjjournal.org/ru/vypuski-zhurnala.html	
---	--

8. Материально-техническое обеспечение:

Для реализации рабочей программы дисциплины предусмотрены учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных учебным планом. Аудитории используются для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Учебные аудитории оснащены оборудованием и техническими средствами обучения: учебной мебелью, рабочим местом преподавателя, учебной доской, учебно-наглядными пособиями (стендами, плакатами), а также мультимедийным (демонстрационным) оборудованием. В аудиториях используется компьютерная техника с необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Помещение для организации самостоятельной и воспитательной работы, оснащенное мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (при наличии).