

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе БГПУ

В.В. Шлыков

Регистрационный № УД-35-03-56-2014 /уч.

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

**Программа государственного экзамена
для специальности:**

1-88 01 01 Физическая культура (по направлениям)

направления специальности:

1-88 01 01-01 Физическая культура (лечебная)

2014 г.

СОСТАВИТЕЛИ:

Н.Г. Соловьёва, заведующий кафедрой медико-биологических основ физического воспитания, кандидат биологических наук, доцент;

В.И. Тихонова, старший преподаватель кафедры медико-биологических основ физического воспитания

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

В.П. Сытый, заведующий кафедрой основ медицинских знаний учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», доктор медицинских наук, профессор;

А.Г. Буланович, заведующий отделением медицинской реабилитации Республиканского унитарного предприятия «Белорусский протезно-ортопедический восстановительный центр»

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой медико-биологических основ физического воспитания
(протокол № 6 от 23 января 2014 г.)

Заведующий кафедрой

Н.Г. Соловьёва

Советом факультета физического воспитания учреждения образования
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

(протокол №5 от 24 января 2014 г.)

Председатель Совета

М.М. Круталевич

Оформление программы государственных экзаменов и сопровождающих её материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист учебно-методического
управления БГПУ

 Е.А. Кравченко

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена «Лечебная физическая культура» предназначена для студентов факультета физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», обучающихся по направлению специальности 1-88 01 01-01 Физическая культура (лечебная). Интегрированная программа государственного экзамена раскрывает структуру и содержание учебных дисциплин: «Теория и организация лечебной физической культуры», «Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах», «Физическая культура в специальных медицинских группах». ЛФК в сочетании с другими учебными дисциплинами учебного плана, обеспечивая широкий круг знаний в области психолого-педагогических и медико-биологических наук, предусматривает последовательное формирование специальных знаний, профессиональных умений и навыков будущих выпускников в соответствии с их специальностью и квалификацией.

Программа государственного экзамена разработана с учетом требований к знаниям по профилирующим дисциплинам и состоит из пояснительной записки, содержания учебного материала и информационно-методической части, включающей перечни основной и дополнительной литературы.

Цель государственного экзамена: определить качество подготовки выпускников в области лечебной физической культуры для организации и работы как в лечебно-профилактических учреждениях, так и в системе образования и воспитания.

Задачи государственного экзамена:

- освоить организационно-методические основы лечебной физкультуры;
- освоить частные методики ЛФК, принципы дозирования и нормирования физических нагрузок.

Особое внимание уделяется вопросам организации и методике проведения занятий по физической культуре в специальных медицинских группах при различных заболеваниях, методам врачебно-педагогического контроля и оценке эффективности занятий.

Выпускник должен **знать**:

- теоретические и организационно-методические основы лечебной физической культуры;
- лечебную физическую культуру при заболеваниях внутренних органов, нарушениях обмена веществ у взрослых и детей разного возраста;
- лечебную физическую культуру при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, нервной системы, в акушерстве и гинекологии;
- организационно-методические основы занятий физической культурой в специальных медицинских группах;

Выпускник должен *уметь*:

– выбирать средства, формы, двигательные режимы в соответствии с задачами лечебной физической культуры при различных патологических состояниях;

– оценивать физическое развитие, функциональное состояние опорно-двигательного аппарата, тестировать двигательные качества, проводить функциональное исследование физиологических систем организма;

– составлять комплексы лечебной гимнастики, планы-конспекты занятий и проводить лечебную гимнастику при с целью общей и специальной тренировки, для направленного развития различных двигательных способностей, с определенным клинико-физиологическим действием на организм занимающихся.

Выпускник должен *владеть*:

– навыками составления документации (планы-конспекты занятий, комплексы физических упражнений и т.п.), а также отчетной документации по установленным формам;

– методами врачебно-педагогического контроля;

– методами оценки эффективности занятий лечебной физической культурой.

Репозиторий ВГПУ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

ЧАСТЬ 1. ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Раздел 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Организационно-методическое руководство и контроль за применением метода ЛФК, осуществляемое врачом-физкультурными диспансерами. Организация работы отделений и кабинетов лечебной физической культуры. Материальная база, определяемая профилем лечебно-профилактического учреждения. Гигиенические требования к залу (кабинету) лечебной физической культуре. Функциональные обязанности инструктора-методиста по лечебной физической культуре. Оформление документации.

Определение и содержание понятия «ЛФК». ЛФК метод естественно-биологического содержания. Особенности и значение ЛФК как метода активной функциональной, поддерживающей, восстановительной и патогенетической терапии, ее роль в комплексном лечении и реабилитации. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.

Механизмы физиологического и лечебного действия физических упражнений (ФУ), базирующиеся на теории нервизма (И.М.Сеченов, И.П.Павлов) и моторно-висцеральных рефлексов (М.Р.Могендович). Сущность нейрогуморальной регуляции общей ответной реакции организма на ФУ. Тонизирующее действие ФУ на центральную нервную систему, понятие о моторно-висцеральных рефлексивах. Трофическое действие ФУ на организм пациента. Активизация трофической функции нервной системы по механизму моторно-висцеральных рефлексивах. Сущность механизмов формирования компенсации и нормализации нарушенных функций.

Раздел 2. СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МЕТОДЫ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре

Характеристика основных: физические упражнения (гимнастические, спортивно-прикладные, игры), естественные факторы природы, лечебный массаж и дополнительных средств ЛФК: механотерапия и трудотерапия. Понятия «Специальные» и «Общеразвивающие» упражнения. Их соотношение в зависимости от тяжести состояния больного, его двигательного режима.

Классификация гимнастических упражнений: по анатомическому признаку, по характеру мышечного сокращения, по признаку активности, по

видовому признаку и характеру выполнения, по признаку использования гимнастических предметов и снарядов.

Характеристика и содержание основных форм в лечебной физической культуре

Характеристика форм проведения ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика; лечебная гимнастика; самостоятельные занятия; дозированные ходьба, бег, плавание; терренкур; спортивные упражнения и массовые формы ОФК (прогулки, ближний туризм, экскурсии), гидрокинезотерапия. Методы дозирования физической нагрузки.

Структура процедуры лечебной гимнастики (ЛГ), задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной ее частей. Методы проведения: индивидуальный, малогрупповой и групповой. Подбор больных для занятий. Методы оценки влияния занятий ЛФК на организм пациента. Пульсометрия, построение и анализа физиологической кривой нагрузки.

Методы формирования знаний, обучения двигательным действиям и направленного развития двигательных способностей

Характеристика общепедагогических (слова, наглядности) и специфических методов физического воспитания с целью обучения технике выполнения физических упражнений, воспитания физических качеств в ЛФК.

Особенности применения специфических методов в ЛФК: разновидности метода строго регламентированного упражнения (равномерного, повторного, интервального упражнения), метод круговой тренировки, игровой и соревновательный методы. Нормирование нагрузки и отдыха в ЛФК при направленном развитии различных двигательных способностей.

Раздел 3. ТЕОРИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Двигательные режимы в лечебной физической культуре

Характеристика периодов лечебного применения ЛФК: вводный, основной (функциональный), заключительный (тренировочный).

Определение понятия «Режим движений». Характеристика двигательных режимов, используемых на стационарном этапе медицинской реабилитации: постельный режим (строгий и расширенный), полупостельный и свободный. Характеристика двигательных режимов, применяемых в амбулаторных и санаторно-курортных условиях: щадящий режим, щадяще-тренирующий и тренирующий. Взаимосвязь периодов ЛФК и режимов двигательной активности в процессе медицинской реабилитации.

Дозирование нагрузки в лечебной физической культуре

Понятие «Физическая нагрузка» в ЛФК. Требования к нагрузке,

характеристика нагрузки по степени сложности: большая, средняя, малая. Характеристика внешней и внутренней стороны нагрузки. Выбор нагрузки и ее расчет. Определение резерва сердца и оптимальной тренировочной нагрузки.

Способы дозировки физической нагрузки (по выбору исходного положения, темпу выполнения, амплитуды движений, количеству повторений, использованию упражнений на расслабление и др.). Соотношение общеразвивающих и специальных, общеразвивающих и дыхательных упражнений в зависимости от двигательного режима, периода заболевания. Понятие оптимального чередования нагрузки и отдыха. «Рассеивание» физической нагрузки.

Раздел 4. ОСНОВЫ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Основы общей и специальной тренировки в ЛФК. Сочетание общего и местного воздействия физических упражнений. Соотношение средств общей и специальной подготовки в различных структурных частях занятия.

Планирование общей и специальной тренировки в ЛФК: перспективное, этапное и краткосрочное. Особенности планирования и контроля в лечебной физической культуре. Правила составления план-конспект занятия лечебной физической культуры. Основные параметры, задачи, содержание.

Требования к методике применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК, обеспечивающие ее эффективность. Соблюдение основных дидактических принципов (сознательность, активность, наглядность, доступность, последовательность, систематичность), принципов индивидуального подхода, всесторонности и др.

РАЗДЕЛ 5. ОБСЛЕДОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ В ЦЕЛЯХ КИНЕЗОТЕРАПИИ

Обследование как индивидуальный подход к оценке состояния здоровья. Методы оценки физического развития, функционального состояния основных систем организма в клинической практике в процессе врачебно-педагогического контроля с целью оценки эффективности ЛФК.

Основные функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Методика их определения. Характеристика методов функциональных исследований сердечно-сосудистой системы и органов дыхания. Оценка результатов. Исследования сердечно-сосудистой системы как основы дозировки физической нагрузки в ЛФК. Использование результатов тестов при анализе эффективности занятий ЛФК.

Функциональное обследование опорно-двигательного аппарата. Измерение линейных размеров тела, амплитуды движений в суставах, мышечной силы.

Учет эффективности ЛФК при сопоставлении в начале и в конце периода наблюдения данных функциональных и клинико-лабораторных обследований, а также клинического течения заболеваний.

ЧАСТЬ 2. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ТРАВМАХ

Раздел 1. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Заболевания сердечно-сосудистой системы, их этиология, патогенез и основные симптомы. Понятие о сердечной недостаточности. Профилактика.

Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Активизация экстракардиальных факторов кровообращения в процессе формирования компенсаций. Значение депрессорных и прессорных воздействие физических нагрузок при артериальной гипер- и гипотензиях. Показания и противопоказания к применению ЛФК.

Задачи и основы методики лечебной физической культуры в зависимости от степени сердечной недостаточности. Аэробные нагрузки, значение циклических упражнений. Противопоказания на занятиях. Врачебно-педагогические наблюдения при проведении занятий лечебной гимнастикой. Дозировка физической нагрузки в зависимости от периода, функционального класса больного. Методы оценки эффективности ЛФК.

Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания

Краткая характеристика основных заболеваний органов дыхания: пневмония, бронхит, бронхиальная астма, плеврит, бронхоэктатическая болезнь. Этиология и патогенез. Основные клинические проявления, возможные осложнения. Понятие о дыхательной недостаточности.

Роль ЛФК в комплексном лечении заболеваний органов дыхания. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.

ЛФК при пневмонии. Особенности течения заболевания. Задачи и основы методики лечебной гимнастики в зависимости от периода и двигательных режимов. Формы и средства ЛФК. Характеристика специальных дыхательных упражнений, техника их выполнения. Противопоказания на занятиях. Дозирование физической нагрузки.

ЛФК при бронхиальной астме. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Периоды применения и основные задачи ЛФК. Формы ЛФК, содержание лечебной гимнастики. Специальные упражнения. Звуковая гимнастика. Противопоказания на занятиях. Оценка эффективности занятий.

ЛФК при бронхите. Течение болезни: острое, хроническое. Возможные осложнения. Противопоказания. Задачи и методика ЛФК в зависимости от формы болезни (преобладание обструктивного синдрома или гнойного

процесса). Дыхательные упражнения статического и динамического характера. Постуральный дренаж. Дренажная гимнастика с учетом воздействия на определенные доли легких. Выбор исходного положения в зависимости от локализации очага поражения.

Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ

Краткая характеристика заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ): функциональных (спланхноптоз, дискинезия желчевыводящих путей) и органических (гастрит, язвенная болезнь, колит, холецистит). Основные симптомы и этиологические факторы: нейрогенный, инфекционный, пищевой, химический, наследственный. Комплексное лечение и профилактика.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Нейрогуморальная регуляция функций ЖКТ. Изменение секреторной, моторной и др. функций органов пищеварения посредством дифференцированного назначения физических нагрузок различной интенсивности. Улучшение трофических процессов, тонизирующее влияние и нормализация нарушенных функций. Противопоказания к применению ЛФК.

ЛФК при гастритах. Клиническая картина в зависимости от формы гастрита. Задачи и особенности методики ЛФК при хронических гастритах с секреторной недостаточностью, а также с нормальной и повышенной секрецией. Средства и формы ЛФК.

ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Противопоказания к применению ЛФК. Задачи и методические требования к лечебному применению специальных упражнений в зависимости от периода лечения и двигательного режима.

ЛФК при опущении внутренних органов (спланхноптозах). Роль ЛФК в комплексном лечении. Задачи и методика ЛФК. Двигательные режимы, дозирование нагрузки, противопоказания. Оптимальные исходные положения и специальные физические упражнения.

ЛФК при холецистите и желчнокаменной болезни. Основные задачи и особенности методики ЛФК в зависимости от периода лечения и двигательного режима. Специальные упражнения, оптимальные исходные положения.

ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей. Характеристика клинических форм заболевания (гипокинетическая, гиперкинетическая). Комплексное лечение. Специальные задачи и особенности методики лечебной гимнастики в зависимости от формы дискинезии желчевыводящих путей. Формы ЛФК, оптимальные исходные положения, специальные ФУ.

Характеристика ожирения. Формы ожирения: первичное и вторичное. Степени ожирения, определение индекса массы тела (ИМТ). Влияние на основные системы организма. Методы комплексного лечения. Задачи ЛФК. Методика применения различных средств и форм ЛФК. Аэробные нагрузки.

Значение дыхательных и циклических упражнений. Дозирование нагрузки при разных формах ожирения. Методы оценки эффективности.

Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах на органах грудной и брюшной полости

Характеристика заболеваний органов грудной клетки и брюшной полости, требующих оперативного лечения.

Понятие о плановых и экстренных операциях, возможные осложнения после оперативных вмешательств. Противопоказания к назначению ЛФК.

Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК. Тонизирующее действие физических упражнений, улучшение трофических процессов в профилактике послеоперационных осложнений. Задачи и особенности методики ЛФК в предоперационном и послеоперационном (ранний, поздний и отдаленный) периодах. Дозирование нагрузки в зависимости от двигательного режима больного. Врачебно-педагогические наблюдения при проведении занятий лечебной гимнастикой. Оценка эффективности занятий ЛФК.

Раздел 2. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ТРАВМАХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах центральной нервной системы

Характеристика признаков травм и заболеваний нервной системы. Разновидности двигательных нарушений: парезы и параличи (спастические и вялые), гиперкинезы, расстройства координации (атаксия), расстройств чувствительности, речи (афазия) и др.

Разновидности инсультов: геморрагический, ишемический. Этиопатогенез. Неврологические последствия инсульта. Спастические парезы и параличи. Противопоказания к применению ЛФК. Роль ЛФК в комплексном лечении. Периоды ЛФК (острый, ранний и поздний восстановительные, компенсации утраченных двигательных функций). Задачи и методика ЛФК. Содержание ЛГ. Профилактика контрактур, лечение положением.

Понятие о черепно-мозговых травмах, детском церебральном параличе. Основные нарушения двигательной функции у детей при детском церебральном параличе. Социальное значение. Профилактика.

Функциональные заболевания центральной нервной системы. Формы неврозов: неврастения, психастения, истерия. Клинические проявления. Комплексное лечение. Механизмы лечебного действия ФУ, из значение в нормализации уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения в центральной нервной системе. Задачи и особенности методики ЛФК в зависимости от формы невроза.

Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы

Заболевания и травмы периферической нервной системы: невриты, невралгии, плекситы, радикулиты, полиневриты и т.д. Этиология, клинические проявления, возможные осложнения. Комплексное лечение.

Понятие об остеохондрозе позвоночника и радикулитах. Причины возникновения и механизмы развития, клинические проявления.

Показания и противопоказания к применению лечебной физкультуры. Роль ЛФК в комплексном лечении, механизмы лечебного действия ФУ. Основные задачи и методика лечебной гимнастики в зависимости от периода применения ЛФК и двигательного режима. Содержание ЛГ при шейном и пояснично-крестцовом радикулите. Методы вытяжения. Разгрузочные позы. Оптимальные исходные положения. Профилактика радикулита.

Понятие о невритах. Нарушения двигательных функций в зависимости от локализации патологического процесса. Задачи, средства и формы ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации. Значение лечения положением, мимической гимнастики.

Раздел 3. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОРТОПЕДИИ И ПЕДИАТРИИ

Лечебная физическая культура при нарушениях осанки

Понятие об осанке и ее разновидностях. Характеристика правильной осанки. Причины и механизмы формирования дефектов осанки. Нарушения осанки в сагиттальной плоскости, вызванные увеличением (круглая и кругловогнутая спина) или уменьшением (плоская и плосковогнутая спина) физиологических изгибов позвоночника. Нарушение осанки во фронтальной плоскости (асимметричная осанка). Клинические признаки, состояние мышечного тонуса, влияние нарушений осанки на основные системы организма. Профилактика нарушений осанки.

Механизмы лечебного действия физических упражнений, задачи и методика ЛФК в зависимости от формы нарушения осанки. Подбор специальных упражнений. Формирование навыка правильной осанки.

Лечебная физическая культура при сколиотической болезни

Определение понятий «Сколиоз», «Сколиотическая болезнь». Клинические проявления. Классификация сколиозов. Степени сколиозов. Организация занятий ЛФК в специализированных учреждениях. Комплекс консервативного лечения сколиозов: общетерапевтические средства и гигиенические меры, режим дня, рациональное питание, методы ортопедической коррекции, комплекс средств ЛФК.

Структура и содержание лечебной корригирующей гимнастики. Задачи и методика занятий в зависимости от течения сколиоза (компенсированность

процесса), типа сколиоза и степени деформации позвоночника. Противопоказания. Методические особенности выполнения специальных корригирующих упражнений (симметричных, асимметричных). Оптимальные исходные положения. Дозирование нагрузки, основываясь на результатах функциональных проб, а также проверке силы и выносливости позных мышц. Методы оценки эффективности занятий при сколиозе в процессе динамического контроля угла искривления и др.

Лечебная физическая культура при деформациях стопы

Характеристика плоскостопия: определение, причины и механизмы развития деформаций, клинические проявления. Профилактика.

Задачи активной коррекции и методика лечебного применения специальных упражнений. Противопоказания. Особенности методики лечебной физической культуры при деформациях стопы. Методы диагностики деформаций стопы и оценки эффективности занятий.

Основы лечебной физической культуры в детском возрасте

Особенности физического и нервно-психического развития детей разного возраста. Роль движения в формировании здорового ребенка в различные возрастные периоды.

Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры у детей разного возраста при различных заболеваниях. Особенности применения средств и форм ЛФК в различные периоды детского возраста. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Дозировка нагрузки у детей разного возраста. Методические особенности построения и проведения занятий лечебной физической культурой в различных возрастных группах.

РАЗДЕЛ 4. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ТРАВМАХ И НЕКОТОРЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Основы лечебной физической культуры при переломах костей и осложнениях после них

Разновидности переломов опорно-двигательного аппарата, клинические проявления. Понятие о травматической болезни, возможные осложнения. Методы лечения повреждений опорно-двигательного аппарата: консервативный (гипсовыми повязками, вытяжением), оперативный (металлоостеосинтез). Противопоказания к применению ЛФК.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Тонизирующее воздействие для профилактики осложнений постельного режима, улучшение трофических процессов, формирование компенсаций, механизм нормализации нарушенных функций. Задачи и особенности методики ЛФК в зависимости от периода применения: иммобилизационный,

постиммобилизационный, восстановительный. Сроки иммобилизации. Формы и средства лечебной физкультуры. Содержание лечебной гимнастики. Специальные упражнения.

Разновидности переломов верхних и нижних конечностей. Задачи и методика ЛФК в зависимости от локализации, периода применения и метода лечения. Методы контроля эффективности ЛФК.

Разновидности травм у детей. Особенности проявления травматической болезни и реабилитационных мероприятий в детском возрасте, специфичность возможных осложнений. Методы комплексного лечения. Задачи и особенности методики ЛФК при травмах у детей и подростков. Способы и методы проведения занятий.

Лечебная физическая культура при переломах позвоночника и костей таза

Классификация повреждений позвоночника в зависимости от состояния нервной системы и локализации повреждения. Понятие о компрессионных переломах позвонков. Методы комплексного лечения. Задачи и методика ЛГ в зависимости от метода лечения и периода применения ЛФК. Противопоказания к применению физических упражнений. Методы контроля функционального состояния позвоночника и силовой выносливости мышц туловища.

Переломы костей таза: простые и сложные. Симптомы в зависимости от локализации повреждения. Методы комплексного лечения. Задачи и методика ЛФК в зависимости от периода лечения и двигательного режима.

Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов

Характеристика заболеваний суставов по этиологическому признаку: воспалительного характера (артриты), дегенеративные формы (остеоартрозы). Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях суставов. Задачи и содержание лечебной гимнастики в зависимости от фазы течения заболевания: острой, подострой, хронической. Профилактика заболеваний суставов. Методы оценки эффективности ЛФК.

ЧАСТЬ 3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ

Раздел 1. Организация физической культуры в специальных медицинских группах

Организационно-методические основы учебного процесса по физической культуре в специальных медицинских группах

Первичный медицинский осмотр. Комплексная оценка уровня физического состояния обучающихся (физического развития, физической подготовленности, функционального состояния) и подразделение их на

медицинские группы для занятий физической культурой: основная, подготовительная, специальная медицинская группа (СМГ), группа ЛФК.

Организация учебного процесса. Формирование СМГ в общеобразовательных (подгруппы «А» и «Б») и высших (подгруппы «А», «Б», «В») учебных учреждениях в зависимости от характера и тяжести заболевания. Утверждение списков групп и их наполняемость, перевод в другие медицинские группы здоровья. Форма контроля успеваемости.

Организационно-методические особенности построения занятий в СМГ. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по физической культуре в СМГ, их задачи. Средства и формы физической культуры. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы в СМГ. Особенности структуры урока в СМГ, содержание учебного материала.

Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в специальных медицинских группах

Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий в СМГ. Самоконтроль занимающихся. Цели и задачи. Дневник самоконтроля. Дозирование физической нагрузки по внешним признакам утомления, функциональному состоянию организма. Пульсометрия. Особенности двигательных режимов: подгруппа «А» и подгруппа «Б». Определение моторной плотности занятия, хронометрирование занятия. Методические приемы изменения величины физической нагрузки.

Методы оценки эффективности занятий при различных заболеваниях и травмах по динамике физического состояния обучающихся: физического развития (длина, масса тела и др.); функционального состояния (пробы с физическими нагрузками, с задержкой дыхания, спирографические методы исследования и др.); физической подготовленности (доступные тесты).

Особенности организации и методики занятий по физической культуре в специальных медицинских группах

Задачи и методика проведения занятий в СМГ при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения и почек, обмена веществ (ожирение), миопии (близорукость), деформациях опорно-двигательного аппарата, заболеваниях суставов и нервной системы. Специальные упражнения, противопоказания на занятиях. Методы оценки эффективности.

Организация и методика занятий физической культурой групп «А», «Б» и «В» специального учебного отделения. Характеристика заболеваний студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группам «А», «Б» и «В». Ограничения и противопоказания к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья студентов. Дозирование физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по физической культуре в группах «А», «Б» и «В» специального учебного отделения.

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Основная литература:

1. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж: учеб.-метод. пособие для медицинских работников. – М.: Советский спорт, 2001.
2. Белякова, Р.Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся: пособие для преподавателей физ. культуры и мед. работников учебных учреждений / Р.Н. Белякова, Г.А. Боник, И.А. Мотевич. – Минск: УП «ИВЦ Минфина», 2004.
3. Бахрах, И.И., Гамза, Н.А. Физическое воспитание детей школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья: учеб.-метод. пособие /И.И. Бахрах, Н.А. Гамза. - Минск: Адукацыя і выхаваньня, 2006.
4. Гавриленко, А.В. Физическая культура в специальных медицинских группах общеобразовательных школ, лицеев, гимназий: пособие для учителя: в 2 ч. /А.В. Гавриленко. – Гродно: Гродненский ОИПК и ПРР и СО, 2002.
5. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учеб. пос. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006.
6. Лечебная физическая культура: учебник для студ. высш. учеб. заведений/[С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.]; под ред. С.Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009.
7. Лечебная физкультура: новейший справочник / И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова; под ред. Т.А. Евдокимовой. - СПб.: Сова, 2003.
8. Физическая культура и здоровье: учеб. программа для специальных медицинских групп общеобразовательных учреждений с русским языком обучения / М-во образования Респ. Беларусь. - Минск: НИО, 2007.
9. Физическая культура: учеб. программа для высш. учеб. заведений (для групп спец. учеб. отделения) / М-во образования Республики Беларусь [и др.]; сост. Т.А. Глазко. - Минск: РИВШ БГУ, 2003.

Дополнительная литература:

1. Древинг, Е.Ф. Травматология/Е.Ф. Древинг.-М., 2002.
2. Дмитриев, А.Е., Маринченко, А.Л. ЛФК при операциях на органах пищеварения.- М., 1990.
3. Девятова, М.В. ЛФК при остеохондрозе позвоночника и заболеваниях периферической нервной системы - Л., 1983.
4. Сборник рекомендаций по работе с детьми, больными сколиозом. Сост. Г.А. Козорез, Г.Я. Пимахина, И.В. Антонова, Т.В. Дубицкая и др. ГУО «Общеобразовательная санаторная школа-интернат №9 г. Минска для детей больных сколиозом».- Мн., 2008.
5. Справочник по детской лечебной физической культуре /под. ред. М.И. Фонарева. – Л.: Медицина, 1983.
6. Тихонова, В.И. Лечебная физическая культура: учеб.-метод. пособие: в 2 ч. / В.И. Тихонова. - 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГПУ, 2011.

7.Тихонова, В.И. Организация и методика проведения занятий по физической культуре в специальных медицинских группах: учеб.-метод. пособие / В.И.Тихонова. – Минск: БГПУ, 2011.

8.Шарафанов, А.А. Лечебная гимнастика при заболеваниях органов пищеварения, мочеполовой системы и ожирении /А.А. Шарафанов, 1988.

Репозиторий БГПУ