

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе БГПУ
А.В.Маковчик



Регистрационный № УД-33-03-142-2023/уч.

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей:

- 1-88 01 02 Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям);
 - 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям);
 - 1-89 02 01 Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)
- направления специальностей:**
- 1-88 01 02-01 Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная);
 - 1-88 02 01-04 Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная режиссура);
 - 1-89 02 01-02 Спортивно-туристская деятельность (менеджмент в туризме)

2023 г.

Учебная программа составлена на основе образовательных стандартов ОСВО 1-88 01 02-2021, ОСВО 1-88 02 01-2021, ОСВО 1-89 02 01-2021, утверждены 09.02.2022 № 22 и учебных планов учреждения высшего образования по специальностям.

СОСТАВИТЕЛИ:

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

Ю.Г.Наапетян, старший преподаватель кафедры медико-биологических основ физического воспитания, магистр педагогических наук;

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

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

К.А.Самушия, заведующий кафедрой спортивной медицины и лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусская медицинская академия последипломного образования», кандидат медицинских наук, доцент;

О.Е.Аниськова, заведующий кафедрой лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой медико-биологических основ физического воспитания
(протокол № 9 от 26.04.2023)

Заведующий кафедрой

 Н.Г. Соловьёва

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»
(протокол № 7 от 11.04. 2023)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист учебно-методического
отдела БГПУ

 Е.А. Кравченко

Директор библиотеки БГПУ

 Н.П. Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура» предназначена для реализации образовательных программ высшего образования на I ступени по направлениям специальностей: 1-88 01 02-01 Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная), 1-88 02 01-04 Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная режиссура), 1-89 02 01-02 Спортивно-туристская деятельность (менеджмент в туризме) в рамках реализации медико-биологического модуля. Учебная программа по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура» разработана в соответствии с нормативными и методическими документами: образовательные стандарты Республики Беларусь первой ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 02-2021, ОСВО 1-88 02 01-2021, ОСВО 1-89 02 01-2021; Порядок разработки и утверждения учебных программ и программ практики для реализации содержания образовательных программ высшего образования первой ступени (утверждено Министром образования Республики Беларусь 27.05.2019); учебные планы учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» для означенных специальностей.

Цель учебной дисциплины «Лечебная физическая культура» – формирование у студентов комплекса специальных знаний, умений и навыков по использованию средств и методов лечебной физической культуры в процессе образовательной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Задачи учебной дисциплины «Лечебная физическая культура»:

- раскрыть основы теоретико-методических знаний лечебной физической культуры (ЛФК);
- раскрыть характеристику основных заболеваний и травм, дать клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК в комплексной терапии;
- освоить частные методики ЛФК, принципы дозирования и нормирования физических нагрузок;
- овладеть технологией составления физкультурно-оздоровительных программ для лиц с отклонениями в состоянии здоровья на основе средств и методов ЛФК;
- сформировать навыки проведения и оценки эффективности физкультурно-оздоровительных занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Учебная программа составлена с учетом последовательной реализации внутри- и междисциплинарных связей и тесно связана с учебными дисциплинами «Анатомия», «Биомеханика», «Физиология» и «Спортивная медицина».

Освоение содержания учебной дисциплины «Лечебная физическая культура» должно обеспечить формирование у студентов специализированной компетенции.

Студент должен:

СК-2 – применять основы теоретико-методических знаний лечебной физической культуры, навыки проведения занятий физической культурой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

В результате изучения учебной дисциплины «Лечебная физическая культура» студент должен **знать**:

- теоретические и организационно-методические основы ЛФК, характеристику основных заболеваний и травм;
- методику подбора средств, форм и методов ЛФК для решения задач коррекции и восстановления при различных патологических состояниях;
- методику определения оптимальной дозировки физической нагрузки и ее контроля в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

В результате изучения учебной дисциплины «Лечебная физическая культура» студент должен **уметь**:

- решать задачи профессиональной деятельности на основе теоретических знаний с области ЛФК;
- организовывать и проводить занятия физическими упражнениями с учетом основ ЛФК при различных патологических состояниях;
- осуществлять контроль и оценку показателей физического состояния занимающихся.

В результате изучения учебной дисциплины «Лечебная физическая культура» студент должен **владеть**:

- навыками подбора средств и форм и методов ЛФК с целью составления коррекционно-восстановительных программ для пациентов различного профиля;
- навыками организации и проведения занятий физической культурой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;
- навыками нормирования и контроля физической нагрузки в процессе физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом состояния здоровья, возраста, пола и уровня подготовленности занимающихся;
- методикой проведения тестирования при обследовании пациентов в целях кинезиотерапии и оценки эффективности коррекционно-восстановительных программ.

Освоение учебного материала по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура» осуществляется в процессе лекционных, лабораторных, практических и семинарских занятий, дополняемых самостоятельной работой студентов.

На лекциях студенты формируют представления и знания по основам методологии ЛФК и массажа при различных патологических состояниях. Используются современные учебно-информационные ресурсы (компьютерные презентации учебного материала, видеофильмы), элементы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый метод), коммуникативные технологии (дискуссия, учебные дебаты, экспресс-опросы и др.).

На лабораторных занятиях студенты осваивают лабораторные методики проведения лечебной гимнастики, методы врачебно-педагогического контроля и оценки эффективности занятий при различных заболеваниях и травмах. На

практических занятиях закрепляются знания, используются методики активного обучения для стимуляции познавательной и самостоятельной деятельности студентов с целью формирования специализированной компетенции, решаются и анализируются ситуационные задачи. На семинарских занятиях проверяются и углубляются знания учебного материала, а также контролируется и оценивается самостоятельная работа студентов.

Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение учебной, методической и дополнительной научно-методической литературы, реферирование литературных источников и оформление научных эссе, подготовку к лабораторным, практическим и семинарским занятиям, рейтинговым контрольным работам и текущему контролю знаний, выполнение практических и индивидуальных заданий.

Программа построена на основе компетентностно-ориентированного подхода. В педагогическом процессе используются лично и профессионально ориентированные образовательные технологии обучения, активные и дистанционные формы и методы обучения, обеспечивающие формирование специализированной компетенции, предъявляемой специалисту образовательными стандартами Республики Беларусь высшего образования первой ступени указанных специальностей. Программой предусматривается использование технологий модульного обучения, организации коллективной мыследеятельности и обучения в малых группах, самостоятельного научно-практического поиска, анализ конкретных ситуаций и решение проблемных ситуационных задач.

Общий объем часов по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура» составляет 112 часов, из которых 74 часов – аудиторные (14 часов лекций, 8 часов семинарских, 12 часов практических и 40 часов лабораторных занятий). Самостоятельная (внеаудиторная) работа студента составляет 38 часов.

Распределение аудиторных часов для дневной формы получения высшего образования по видам занятий и семестрам составляет: 7-й семестр – 14 часов лекционных, 8 часов семинарских (в том числе 2 часа УСРС), 12 часов практических (в том числе 2 часа УСРС) и 40 часов лабораторных занятий. Текущий контроль и оценка знаний студентов осуществляется по результатам устного, письменного и/или тестового рейтингового контроля знаний по темам и разделам дисциплины, оценке практических и индивидуальных заданий студентов.

Промежуточный контроль знаний для дневной формы получения высшего образования осуществляется в виде экзамена в 7-м семестре (3 зачетные единицы).

Распределение аудиторных часов для заочной формы получения высшего образования по видам занятий и семестрам составляет: 6-й семестр всего 6 часов – 4 часа лекционных и 2 часа лабораторных занятий; 7-й семестр всего 6 часов – 2 часа лекционных и 4 часа лабораторных занятий; 8-й семестр всего 6 часов – 4 часа лабораторных и 2 часа семинарских занятий.

Промежуточный контроль знаний для заочной формы получения высшего образования осуществляется в виде экзамена в 8-м семестре (3 зачетные единицы).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ 1 ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 1.1 Введение в предмет. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений

Определение и содержание понятия «лечебная физическая культура». История развития лечебной физкультуры. Особенности ЛФК как метода активной функциональной, поддерживающей, восстановительной и патогенетической терапии, ее роль в комплексном лечении и реабилитации.

Механизмы физиологического и лечебного действия физических упражнений, базирующиеся на теории нервизма (И.М.Сеченов, И.П.Павлов), теории функциональных систем (П.К.Анохин) и моторно-висцеральных рефлексов (М.Р.Могендович). Сущность нейрогуморальной регуляции общей ответной реакции организма на физические упражнения. Тонизирующее действие физических упражнений, трофическое действие, формирование временных и постоянных компенсаций, нормализация нарушенных функций и расширение функциональных возможностей организма. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.

Тема 1.2 Средства и формы лечебной физической культуры

Классификация и характеристика основных и дополнительных средств ЛФК. Основные средства: физические упражнения (гимнастические, спортивно-прикладные, игры), естественные факторы природы (солнце, воздух, вода), лечебный массаж. Дополнительные средства ЛФК: механотерапия и трудотерапия.

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.

Понятия «специальные» и «общеразвивающие» упражнения.

Характеристика форм проведения ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика; лечебная гимнастика (ЛГ); самостоятельные занятия; дозированные ходьба, бег, плавание; терренкур; гидрокинезотерапия; спортивные упражнения и игровые занятия и др.

Структура и содержание процедуры ЛГ. Методы проведения занятий. Методы оценки влияния занятий ЛФК и распределения нагрузки. Принципы построения и анализа физиологической кривой нагрузки. Правила составления схемы и комплексов лечебной гимнастики.

Тема 1.3 Двигательные режимы и периоды применения лечебной физической культуры

Характеристика периодов применения ЛФК: вводный, основной, заключительный. Задачи периодов ЛФК.

Определение понятия «режим движений». Характеристика двигательных режимов, используемых на больничном и санаторно-поликлиническом этапах

медицинской реабилитации. Взаимосвязь периодов ЛФК и режимов двигательной активности в процессе медицинской реабилитации.

Тема 1.4 Дозирование нагрузки в лечебной физической культуре. Методы оценки эффективности занятий

Методические принципы лечебного применения физических упражнений. Характеристика физических нагрузок в ЛФК по степени сложности: большая, средняя, малая. Характеристика внешней и внутренней стороны нагрузки. Выбор нагрузки и ее расчет. Методические приемы изменения величины физической нагрузки.

Методы оценки физического развития, функционального состояния основных систем организма в клинической практике в процессе врачебно-педагогического контроля. Учет эффективности ЛФК при сопоставлении в начале и в конце периода наблюдения данных функциональных и клинико-лабораторных обследований, а также клинического течения заболеваний.

Тема 1.5 Основы лечебной физической культуры

Обобщение вопросов тем 1.1–1.3: сущность и содержание лечебной физической культуры, обоснование применения лечебной физической культуры, характеристика средств, форм и методов лечебной физической культуры, периодизация лечебной физической культуры и основы дозирования и оценки эффективности занятий лечебной физической культуры.

РАЗДЕЛ 2 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ДЕФОРМАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Тема 2.1 ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни

Понятие об осанке и ее разновидностях. Характеристика правильной осанки. Причины и механизмы формирования дефектов осанки. Нарушения осанки в сагиттальной плоскости, вызванные увеличением или уменьшением физиологических изгибов позвоночника. Нарушение осанки во фронтальной плоскости (асимметричная осанка). Клинические признаки, состояние мышечного тонуса, влияние дефектов 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. Противопоказания на занятиях.

Определение понятий «сколиоз», «сколиотическая болезнь». Клинические проявления. Классификация сколиозов. Степени сколиозов.

Организация занятий ЛФК в специализированных учреждениях. Роль лечебной физической культуры в комплексном лечении. Ортопедические мероприятия. Соблюдение режима статических нагрузок на позвоночник. Оптимальные исходные положения. Противопоказания. Структура и содержание

лечебной корригирующей гимнастики. Задачи и методика занятий в зависимости от течения сколиоза, типа сколиоза и степени деформации позвоночника. Методические особенности выполнения специальных упражнений. Дозирование физической нагрузки.

Составление комплексов физических упражнений. Методы оценки эффективности занятий.

Тема 2.2 ЛФК при деформациях стопы

Характеристика плоскостопия: определение, причины и механизмы развития деформаций, клинические проявления. Формы и виды плоскостопия. Задачи активной коррекции и методика лечебного применения специальных упражнений. Противопоказания. Составление комплексов физических упражнений. Методы диагностики плоскостопия и оценки эффективности занятий. Профилактика.

Тема 2.3 ЛФК при заболеваниях суставов

Характеристика основных заболеваний суставов по этиологическому признаку: воспалительного характера (артриты) и дегенеративных форм (остеоартрозы). Этиология и патогенез, клинические проявления заболеваний суставов, возможные осложнения. Комплексное лечение. Клинико-физиологическое обоснование применения лечебной физической культуры при заболеваниях суставов.

Задачи и особенности методики ЛФК при артритах и артрозах в зависимости от фазы течения заболевания. Подбор специальных упражнений в различные периоды лечения, составление комплексов физических упражнений. Методы оценки эффективности занятий ЛФК.

Тема 2.4 Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата

Обобщение вопросов тем 2.1–2.3: клинико-физиологическая характеристика патологических состояний опорно-двигательного аппарата и обоснование применения ЛФК. Основы методики ЛФК при нарушениях осанки, сколиозе, плоскостопии, заболеваниях суставов. Методы оценки эффективности ЛФК.

РАЗДЕЛ 3 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

Тема 3.1 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Краткая характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы: атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, артериальная гипертензия, артериальная гипотензия и др. Понятие о сердечной недостаточности. Факторы риска. Характерные симптомы. Профилактика.

Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Противопоказания к применению ЛФК.

Задачи и основы методики лечебной физической культуры в зависимости от степени сердечной недостаточности. Методические особенности выполнения специальных упражнений. Дозировка физической нагрузки в зависимости от периода, функционального класса больного.

Составление планов-конспектов занятий лечебной физической культурой на различных этапах восстановления. Врачебный контроль и методы оценки эффективности реабилитационных мероприятий.

Тема 3.2 ЛФК при заболеваниях органов дыхания

Краткие данные об основных заболеваниях органов дыхания: бронхит, пневмония, бронхиальная астма, плеврит, эмфизема легких, бронхоэктатическая болезнь. Этиология и патогенез. Основные клинические проявления, возможные осложнения. Понятие о дыхательной недостаточности.

Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК при заболеваниях органов дыхания, их роль в комплексном лечении. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.

Формы и средства ЛФК. Характеристика специальных дыхательных упражнений, техника их выполнения. Основы методики лечебной гимнастики в зависимости от периода и двигательных режимов. Контроль над реакцией организма на выполняемую физическую нагрузку. Методики Гневушеву. Особенности методики ЛФК при плевритах. Применение средств ЛФК при хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ).

Применение частных методик для профилактики и лечения заболеваний органов дыхания (дыхательные гимнастики по Бутейко, Стрельниковой и др.). Составление планов-конспектов занятий лечебной физкультурой на различных этапах восстановления. Методы оценки эффективности ЛФК.

Тема 3.3 ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ

Краткая характеристика основных заболеваний органов пищеварения: функциональных (спланхноптоз, дискинезия желчевыводящих путей) и органических (гастрит, язвенная болезнь, колит, холецистит). Клинические симптомы и этиологические факторы. Комплексное лечение и профилактика заболеваний органов пищеварения.

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Нейрогуморальная регуляция функций желудочно-кишечного тракта. Изменение секреторной, моторной и др. функций органов пищеварения посредством дифференцированного назначения физических нагрузок различной интенсивности. Показания и противопоказания к применению ЛФК.

Средства и формы ЛФК. Задачи и основы методики в зависимости от периода лечения и двигательного режима. Оптимальные исходные положения и специальные физические упражнения.

ЛФК при ожирении и сахарном диабете. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Преимущественное воздействие на жировой, углеводный

или белковый обмен с помощью специально подобранных физических упражнений. Методы комплексного лечения. Задачи и особенности методики ЛГ. Аэробные нагрузки. Значение дыхательных и циклических упражнений. Дозирование нагрузки.

Составление комплексов физических упражнений, планов-конспектов занятий лечебной гимнастикой. Оценка эффективности занятий лечебной физкультурой при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.

Тема 3.4 ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости

Характеристика заболеваний органов брюшной полости, требующих оперативного лечения: аппендицит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, холецистит, грыжа и др.

Понятие о плановых и экстренных операциях, возможные осложнения после оперативных вмешательств.

Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК. Профилактика послеоперационных осложнений. Противопоказания к проведению занятий. Основные задачи и особенности методики ЛФК в предоперационном и послеоперационном периодах.

Составление комплексов физических упражнений, планов-конспектов занятий лечебной гимнастикой. Оценка влияния физических упражнений на восстановление функций у больных при операциях на органах брюшной полости.

Тема 3.5 ЛФК при заболеваниях внутренних органов

Обобщение вопросов тем 3.1–3.4: клинико-физиологическая характеристика заболеваний внутренних органов и обоснование применения ЛФК. ЛФК при хронической сердечной недостаточности. Основы методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК при патологических состояниях органов пищеварения и обмена веществ. Методы диагностики и оценки ЛФК в клинике внутренних болезней.

РАЗДЕЛ 4 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ТРАВМАТОЛОГИИ И НЕВРОЛОГИИ

Тема 4.1 Основы ЛФК при переломах костей и осложнениях после них

Определение понятий «травма», «травматическая болезнь». Разновидности переломов. Открытые и закрытые переломы. Внутрисуставные переломы. Возможные осложнения. Понятие о компрессионном переломе. Методы лечения переломов.

Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК. Улучшение трофических процессов, формирование компенсаций, механизм нормализации функций. Противопоказания к применению ЛФК. Задачи и особенности методики ЛФК в зависимости от периода применения

(иммобилизационный, постиммобилизационный, восстановительный). Формы ЛФК, специальные физические упражнения, составление комплексов физических упражнений.

Особенности проявления травматической болезни и реабилитационных мероприятий в детском возрасте, специфичность возможных осложнений. Методы оценки эффективности занятий ЛФК при переломах.

Тема 4.2 ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы

Характеристика признаков заболеваний и травм нервной системы.

Понятие о нарушении мозгового кровообращения. Этиопатогенез. Неврологические последствия инсульта. Социальное значение. Профилактика.

Показания и противопоказания к применению ЛФК. Роль ЛФК в комплексном лечении, механизмы лечебного действия физических упражнений при неврологических заболеваниях. Периоды применения лечебной физической культуры. Основные принципы реабилитации при нарушении мозгового кровообращения. Задачи ЛФК. Содержание ЛГ. Лечение положением. Воссоздание и формирование важнейших двигательных навыков.

Функциональные заболевания центральной нервной системы. Задачи и особенности методики ЛФК в зависимости от формы невроза.

Травмы и заболевания периферической нервной системы: невриты, невралгии, плекситы, радикулиты, полиневриты и т.д. Этиология, клинические проявления, возможные осложнения. Комплексное лечение. Показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Средства и формы ЛФК на разных этапах медицинской реабилитации.

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

Роль ЛФК в комплексном лечении, механизмы лечебного действия физических упражнений. Основные задачи и методика ЛГ в зависимости от периода применения ЛФК и двигательного режима. Противопоказания. Содержание лечебной гимнастики при шейном и пояснично-крестцовом радикулите. Методы вытяжения. Разгрузочные позы. Профилактика радикулита. Оценка эффективности занятий лечебной физкультурой.

Тема 4.3 ЛФК в травматологии и неврологии

Обобщение вопросов тем 4.1–4.2: методика ЛФК в зависимости от периода применения, локализации и метода лечения переломов. Специальные упражнения. Противопоказания. Методы оценки функционального состояния и эффективности ЛФК.

Задачи и особенности методики ЛФК при различных клинических синдромах остеохондроза. Методы комплексного лечения.

РАЗДЕЛ 5 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ

Тема 5.1 Физическая культура в специальных медицинских группах

Нормативно-правовое и методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре в специальных медицинских группах.

Характеристика наиболее распространенных заболеваний обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Организация учебного процесса по физической культуре в специальных медицинских группах в общеобразовательных и высших учебных заведениях. Формирование подгрупп для занятий в зависимости от тяжести и характера заболеваний, качества приспособления к мышечной работе.

Документы планирования учебного материала. Периоды процесса физического воспитания в специальных медицинских группах. Содержание и организационно-методические особенности построения занятий. Средства и формы физической культуры. Требования к развитию двигательных качеств.

Задачи и особенности методики занятий физической культурой у лиц с ослабленным здоровьем, подбор специальных упражнений при различных патологических состояниях. Противопоказания на занятиях.

Медико-педагогические наблюдения в процессе занятий, их цели и задачи. Методы оценки функционального состояния занимающихся, дозирование физических нагрузок, учет эффективности проводимых занятий.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
для дневной формы получения высшего образования**

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов					Самостоятельная (внеаудиторная) работа	Материальное обеспечение занятия (наглядные методические пособия и др.)	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Управляемая самостоятельная работа студента				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
7-й семестр										
1	ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	4		4	2		8			
1.1	Введение в предмет. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений 1. Особенности ЛФК как терапевтического метода в комплексном лечении и профилактике заболеваний. 2. Роль нервной и гуморальной систем в реализации механизмов физиологического и лечебного действия ФУ. 3. Механизмы тонизирующего, трофического действия ФУ, формирования компенсаций и нормализации функций.	2						Компьютерная презентация № 1, краткий конспект лекций ЭУМК/ ИЭУМК	[1] [3] [6] [8] [10] [12] [13]	Конспект, глоссарий
1.2	Средства и формы лечебной физической культуры 1. Характеристика основных и дополнительных средств ЛФК.			2			2	Плакаты 1.1,1.2; ЭУМК/ ИЭУМК	[1] [2] [3] [5] [6]	Защита практических заданий, обсуждение

	2. Характеристика форм применения ЛФК. 3. Структура и содержание процедуры лечебной гимнастики..								[8] [12] [13]	ситуационных задач
1.3	Двигательные режимы и периоды применения лечебной физической культуры 1. Задачи и характеристика периодов применения ЛФК. 2. Характеристика двигательных режимов, используемых в медицинской реабилитации.			2			2	Плакат 1.1, ЭУМК/ИЭУМК	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Защита компетентностно-ориентированных заданий, обсуждение ситуационных задач
1.4	Дозирование нагрузки в лечебной физической культуре. Методы оценки эффективности занятий 1. Методические принципы лечебного применения физических упражнений. 2. Методические приемы изменения величины физической нагрузки. 3. Методы оценки эффективности занятий ЛФК.	2						Компьютерная презентация № 2, краткий конспект лекций ЭУМК/ИЭУМК	[1] [3] [4] [5] [6] [8] [11] [13]	Конспект, глоссарий
1.5	Основы лечебной физической культуры Обобщение и обсуждение вопросов по темам 1.1-1.4.				2		4	Методика расчета оптимальной тренировочной нагрузки Методика расчета РС, ОТН.	[1-2] [3] [5] [6] [8] [11-13]	Защита индивидуальных заданий, заседание «дискуссионного клуба», письменный/тестовый рейтинговый контроль знаний № 1

2	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ДЕФОРМАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	2	14	2		2	12			
2.1	ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни 1. Характеристика статических деформаций ОДА. Причины и механизмы формирования нарушений осанки. 2. Классификация и характеристика сколиоза. 3. Механизмы лечебного действия ФУ. 4. Методы комплексного лечения и профилактика статических деформаций ОДА.	2						Компьютерная презентация № 3, краткий конспект лекций ЭУМК/ИЭУМК, видеоматериалы	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Конспект, глоссарий
2.1.1	ЛФК при нарушениях осанки 1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.		2					ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ. Тренажеры	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
2.1.1	ЛФК при нарушениях осанки 1. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ в зависимости от вида нарушения осанки. 2. Освоение методики корригирующей гимнастики и дозирования нагрузки.		2				2	ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ. Тренажеры	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
2.1.2	ЛФК при сколиотической болезни 1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.		2					ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ. Тренажеры	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий

2.1.2	ЛФК при сколиотической болезни 1. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ в зависимости от степени сколиотической болезни. 2. Освоение методики корригирующей гимнастики и дозирования нагрузки.		2				2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. СхЗ, КУ. Тренажеры	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
2.1.3	ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни 1. Освоение методики индивидуальных асимметричных упражнений в зависимости от вида нарушения осанки и степени сколиоза.			2				ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. СхЗ, КУ.	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Защита практических заданий. Решение компетентностно- ориентированных заданий, ситуационных задач. Письменный/тест овый контроль знаний
2.1.4	Методология оценки эффективности ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни 1. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК. 2. Освоение функциональных проб для оценки силовой выносливости мышц разгибателей спины и мышц живота.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по выполнению функциональ- ных проб позных мышц	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
2.2	ЛФК при деформациях стопы 1. Характеристика деформаций стопы. 2. Задачи и методика ЛФК при деформациях стопы. 3. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.		2				2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. СхЗ, КУ	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий

	4. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при плоскостопии. 5. Освоение методики занятий ЛФК.									
2.3	ЛФК при заболеваниях суставов 1. Характеристика артритов и артрозов. 2. Задачи и методика ЛФК при воспалительных и дегенеративных заболеваниях суставов в зависимости от фазы и периода течения болезни. 3. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов. 4. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при заболеваниях суставов. 5. Освоение методики занятий ЛФК.		2				2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
2.4	Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата Обобщение и обсуждение вопросов по темам 2.1-1.3.					2 сем.	4	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ	[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [11] [12] [13]	Защита выполненных заданий. Заседание «Дискуссионного клуба»
3	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ	4	4	2			12			
3.1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы 1. Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы. 2. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК. 3. Методические особенности ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2						Компьютерная презентация № 4, краткий конспект лекций ЭУМК/ ИЭУМК, видео-материалы	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Конспект, гlossарий

3.1.1	<p>ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</p> <p>1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.</p> <p>2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в зависимости от разновидности патологии.</p> <p>3. Освоение методики занятий ЛФК.</p> <p>4. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК: анализ физиологической кривой нагрузки.</p>		2				2	<p>ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ФР, тонометр, секундомер, бланки ВПН</p>	<p>[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]</p>	<p>Разработка и защита индивидуальных заданий</p>
3.2	<p>ЛФК при заболеваниях органов дыхания</p> <p>1. Характеристика заболеваний органов дыхания.</p> <p>2. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК при различных патологиях органов дыхания.</p> <p>3. Методические особенности ЛФК при заболеваниях органов дыхания.</p>	2						<p>Компьютерная презентация № 5, краткий конспект лекций ЭУМК/ ИЭУМК, видеоматериалы</p>	<p>[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]</p>	<p>Конспект, глоссарий</p>
3.2.1	<p>ЛФК при заболеваниях органов дыхания</p> <p>1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.</p> <p>2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при заболеваниях органов дыхания в зависимости от разновидности патологии.</p> <p>3. Освоение методики занятий ЛФК.</p> <p>4. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК.</p>			2			2	<p>ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ФР. спирометр, секундомер, бланки ВПН</p>	<p>[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]</p>	<p>Разработка и защита индивидуальных заданий, обсуждение ситуационных задач</p>

3.3	<p>ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ</p> <p>1. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК и частные методики ЛФК в зависимости от локализации патологии органов пищеварения и патологий эндокринной системы.</p> <p>2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при заболеваниях органов дыхания в зависимости от разновидности патологии.</p> <p>3. Освоение методики занятий ЛФК.</p> <p>4. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК.</p>		2				2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ФР. бланки ВПН	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
3.4	<p>ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости</p> <p>1. Частные методики ЛФК в зависимости от характера патологии и вида оперативного вмешательства на брюшной полости.</p> <p>2. Освоение методики занятий ЛФК в пред- и послеоперационном периоде.</p> <p>3. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК.</p>					2 практ.	2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Собеседование. Защита выполненных индивидуальных заданий. Обсуждение компетентностно-ориентированных заданий.
3.5	<p>ЛФК при заболеваниях внутренних органов</p> <p>Обобщение и обсуждение вопросов по темам 3.1-3.4.</p>				2		4	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. СхЗ, КУ, бланки ВПН	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Дискуссионный клуб. Письменный/тестовый рейтинговый контроль знаний № 2

4	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ТРАВМАТОЛОГИИ И НЕВРОЛОГИИ	2	12	2	2		4			
4.1	Основы ЛФК при переломах костей и осложнениях после них 1. Характеристика травм опорно-двигательного аппарата. 2. Методы комплексного лечения переломов и обоснование ЛФК. 3. Методические основы ЛФК в зависимости от периода лечения и реабилитации.	2						Компьютерная презентация № 6, краткий конспект лекций ЭУМК/ИЭУМК, видеоматериалы	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Конспект, глоссарий
4.1.1	ЛФК при переломах костей и осложнениях после них 1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов. 2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при переломах.		2					ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ, аппараты механотерапии	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
4.1.1	ЛФК при переломах костей и осложнениях после них 1. Освоение общей методики занятия ЛФК. 2. Освоение индивидуальных методик занятий ЛФК. Дозировка нагрузки.		2					ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ, аппараты механотерапии	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
4.1.2	Методология оценки эффективности ЛФК при переломах костей 1. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК. 2. Освоение функциональных проб для оценки эффективности ЛФК.		2					ЭУМК/ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ, механотерапия	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий. Обсуждение компетентностных заданий

4.2	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы 1. Характеристика травм и заболеваний нервной системы. 2. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах центральной нервной системы различной локализации. 3. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы различной локализации.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
4.2	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы 1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов в зависимости от разновидности и локализации патологии. 2. Освоение общих комплексов ЛФК.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
4.2	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы 1. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при заболеваниях и травмах нервной системы в зависимости от разновидности и локализации патологии. 2. Освоение комплексов направленного действия.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
4.2.1	Методология оценки эффективности ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы 1. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК. 2. Освоение функциональных проб для оценки эффективности ЛФК.			2				ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, бланки ВПН	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий. Обсуждение компетентностно- ориентированных заданий

4.3	ЛФК в травматологии и неврологии Обобщение и обсуждение вопросов по темам 4.1-4.2.				2		4	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Дискуссионный клуб. Письменный/тест овый рейтинговый контроль знаний № 3
5	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ	2	10				2			
5.1	Физическая культура в специальных медицинских группах 1. Организационно-методические особенности процесса физического воспитания в СМГ в общеобразовательных учреждениях и вузах. 2. Содержание и организация врачебно- педагогического контроля в СМГ. 3. Показания и противопоказания по разделам учебной программы для СМГ.	2						Компьютер- ная презентация № 7, краткий конспект лекций ЭУМК/ ИЭУМК, видео- материалы	[2] [4] [10] [11] [14]	Конспект, гlossарий
5.2.1	Физическая культура в специальных медицинских группах 1. Особенности методики проведения занятий в СМГ в общеобразовательных учреждениях. 2. Показания и противопоказания по разделам учебной программы для СМГ. 3. Методический анализ занятий СМГ: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов в зависимости от подгруппы СМГ. 4. Освоение общих комплексов ФУ.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, отчетная документация учителя в СМГ	[2] [4] [7] [10] [11] [14]	Разработка и защита индивидуальных заданий
5.2.1	Физическая культура в специальных медицинских группах 1. Методический анализ планов-конспектов занятий в СМГ в зависимости от подгруппы		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания,	[2] [4] [7] [10]	Разработка и защита индивидуальных заданий

	СМГ. 2. Освоение комплексов ФУ направленного действия на занятиях в СМГ в общеобразовательных учреждениях.							отчетная документация учителя в СМГ	[11] [14]	
5.2.2	Физическая культура в специальных медицинских отделениях 1. Особенности методики проведения занятий в СМГ в вузах. 2. Показания и противопоказания по разделам учебной программы в СМГ. 3. Методический анализ занятий в СМГ: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов в зависимости от подгруппы СМГ. 4. Освоение общих комплексов ФУ.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, отчетная документация преподавателя СМГ	[2] [4] [7] [10] [11] [14]	Разработка и защита индивидуальных заданий
5.2.2	Физическая культура в специальных медицинских отделениях 1. Методический анализ планов-конспектов занятий в СМГ в зависимости от подгруппы СМГ. 2. Освоение комплексов ФУ направленного действия на занятиях в СМГ в вузах.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, отчетная документация преподавателя СМГ	[2] [4] [7] [10] [11] [14]	Разработка и защита индивидуальных заданий
5.2.3	Методология оценки эффективности физической культуры в специальных медицинских группах 1. Методический анализ методов оценки эффективности занятий в СМГ. 2. Освоение технологии врачебно-педагогического контроля в СМГ.		2				2	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, бланк протоколов ВПН и хронометрии занятий	[2] [4] [7] [10] [11] [14]	Защита индивидуальных заданий. Обсуждение компетентностно-ориентированных заданий
Всего в 7-м семестре: 112 ч.		14	40	10	6	4	38			экзамен

ОБОЗНАЧЕНИЯ: СхЗ – схемы занятий; КУ - комплексы упражнений; ФР – физическая реабилитация; ФУ - физические упражнения; ЛГ – лечебная гимнастика

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
для заочной формы получения высшего образования**

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов					Самостоятельная внеаудиторная работа студента	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	Управляемая самостоятельная работа				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
6-й семестр										
1	ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	2								
1.1-1.2	Введение в предмет. Обоснование лечебного действия физических упражнений. Средства и формы лечебной физической культуры. 1. Особенности ЛФК как терапевтического метода в комплексном лечении и профилактике заболеваний. 2. Характеристика средств, форм и методов ЛФК. 3..Характеристика и содержание типовых физических нагрузок в ЛФК.	2						Компьютерная презентация № 1, краткий конспект лекций ЭУМК/ИЭУМК	[1] [3] [6] [8] [10] [12] [13]	Конспект, глоссарий
2	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ДЕФОРМАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	2	2							
2.1	ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни 1. Характеристика статических деформаций ОДА.	2						Компьютерная презентация	[1] [3] [5]	Конспект, глоссарий

	<p>Причины и механизмы формирования нарушений осанки.</p> <p>2. Классификация и характеристика сколиоза.</p> <p>3. Механизмы лечебного действия ФУ.</p> <p>4. Методы комплексного лечения и профилактика статических деформаций ОДА.</p>							<p>№ 3, краткий конспект лекций ЭУМК/ ИЭУМК, видео- материалы</p>	<p>[6] [7] [8] [9] [12] [13]</p>	
2.1.1	<p>ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни</p> <p>1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов.</p> <p>2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ в зависимости от вида нарушения.</p> <p>3. Освоение методики корригирующей гимнастики и дозирования нагрузки.</p> <p>4. Методический анализ методов оценки эффективности занятий ЛФК.</p>		2					<p>ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по ЛГ Сх3, КУ.</p>	<p>[1] [3] [5] [6] [7] [8] [9] [12] [13]</p>	<p>Разработка и защита индивидуаль- ных заданий</p>
	Всего в 6-м семестре: 6 ч.	4	2							
7-й семестр										
3	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ	2	2							
3.1-3.3	<p>ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ</p> <p>1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: краткий обзор.</p> <p>2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания: краткий обзор.</p>	2						<p>Компьютер- ные презентации № 4-5, краткий конспект лекций ЭУМК/</p>	<p>[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]</p>	<p>Конспект, гlossарий</p>

	3.ЛФК при патологических состояниях органов пищеварения и обмена веществ: краткий обзор.							ИЭУМК		
3.5	ЛФК при заболеваниях внутренних органов 1. Методология ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, органов пищеварения и обмена веществ. 2. Методы оценки эффективности ЛФК в клинике внутренних болезней. 3. Освоение комплексов ЛФК.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ, бланки ВПН	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Защита выполненных заданий. Обсуждение ситуационных задач
4	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ТРАВМАТОЛОГИИ И НЕВРОЛОГИИ		2							
4.1.1	ЛФК при переломах костей и осложнениях после них 1. Методический анализ занятий ЛФК: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов. 2. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ при переломах. 3. Освоение общей методики занятия ЛФК. 4. Освоение индивидуальных методик занятий ЛФК. Дозировка нагрузки/		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ. Сх3, КУ, аппараты механотерапии	[1] [3] [5] [6] [8] [12] [13]	Разработка и защита индивидуальных заданий
	Всего в 7-м семестре: 6 ч.	2	4							
8-й семестр										
4	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ТРАВМАТОЛОГИИ И НЕВРОЛОГИИ									
4.2	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы 1. Характеристика травм и заболеваний нервной системы. 2. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы различной		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания по проведению ЛГ.	[1] [3] [5] [6] [8] [12]	Разработка и защита индивидуальных заданий

	локализации (радикулите и остеохондрозе). 3. Методический анализ занятий ЛФК. 4. Методический анализ планов-конспектов занятий ЛГ и комплексов ФУ. 5. Освоение общих комплексов ЛФК.							СхЗ, КУ	[13]	
4.3	ЛФК в травматологии и неврологии Обобщение и обсуждение вопросов по темам 4.1-4.2.			2			4	ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания	[1] [3] [5] [6] [8] [11] [12] [13]	Защита выполнен- ных заданий. Обсуждение ситуацион- ных задач
5	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ									
5.2.1	Физическая культура в специальных медицинских группах 1. Особенности методики проведения занятий в СМГ в общеобразовательных учреждениях. 2. Показания и противопоказания по разделам учебной программы для СМГ. 3. Методический анализ занятий СМГ: обоснование задач, подбор специальных ФУ и анализ используемых методических приемов в зависимости от подгруппы СМГ. 4. Освоение общих комплексов ФУ. 5. Освоение технологии врачебно-педагогического контроля в СМГ.		2					ЭУМК/ ИЭУМК, методические указания, отчетная документация учителя в СМГ	[2] [4] [7] [10] [11] [14]	Разработка и защита индивидуаль- ных заданий
	Всего в 8-м семестре: 6 ч.		4	2						Экзамен
	Всего: 18 ч.	6	10	2						

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-88 01 01-01 «Физическая культура (лечебная)» / сост.: Н. Г. Соловьева, В. И. Тихонова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/11222>. – Дата доступа: 14.06.2023.

2. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования / А. Г. Фурманов [и др.] ; под ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Респ. ин-т высш. шк., 2021. – 492 с.

Дополнительная литература

3. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физическая культура» / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова. – М. : Владос, 2014. – 389 с.

4. Белякова, Р. Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся : пособие для преподавателей физ. культуры и мед. работников учеб. заведений / Р. Н. Белякова, Г. А. Боник, И. А. Мотевич. – Минск : ИВЦ Минфина, 2004. – 154 с.

5. Бирюков, А. А. Массаж и лечебная физическая культура : учебник / А. А. Бирюков, Н. В. Лунина. – М. : Академия, 2019. – 288 с.

6. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и массаж : учеб. для мед. училищ и колледжей / В. А. Епифанов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 525 с.

7. Кашин, А. Д. Сколиоз и нарушение осанки: лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации : учеб.-метод. пособие для врачей и инструкторов лечеб. физкультуры / А. Д. Кашин. – Изд. 2-е. – Минск : НМЦентр, 2000. – 239 с.

8. Лечебная физическая культура и массаж : учебник / Л. Качанов [и др.] ; М-во образования и науки Респ. Казахстан. – 2-е изд., доп. – Астана : Фолиант, 2018. – 269 с.

9. Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки) : практ. рук. для студентов непрофил. специальностей ун-та / сост.: И. А. Назаренко, Ж. А. Зыкун, О. А. Захарченко. – Гомель : Гомел. гос. ун-т, 2017. – 39 с.

10. Потапчук, А. А. Лечебная физическая культура в детском возрасте : рук. для врачей, студентов мед. и пед. вузов / А. А. Потапчук, С. В. Матвеев, М. Д. Дидур. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2022. – 522 с.

11. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учеб. пособие / В. Б. Рубанович. – 3-е изд., испр. и доп. –

М. : Юрайт, 2019. – 253 с.

12. Справочные материалы к курсу «Лечебная физическая культура и массаж» / Мозыр. гос. пед. ун-т ; сост.: Н. Н. Ничипорко, Ю. П. Дойняк. – Мозырь : МГПУ, 2019. – 112 с.

13. Тихонова, В. И. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие : в 2 ч. / В. И. Тихонова ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Изд. 2-е, испр. и доп. – Минск : БГПУ, 2011. – 2 ч.

14. Тихонова, В. И. Организация и методика проведения занятий по физической культуре в специальных медицинских группах : учеб.-метод. пособие для студентов вузов / В. И. Тихонова ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2011. – 131 с.

**ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
СТУДЕНТОВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	2	3	4	5
1	Основы лечебной физической культуры (8 ч)			
1.2	Средства и формы лечебной физической культуры	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка практических заданий и ситуационных задач.	Опрос. Защита компетентностно-ориентированных заданий, ситуационных задач.
1.3	Двигательные режимы и периоды применения ЛФК	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка практических заданий и ситуационных задач.	Опрос. Защита компетентностно-ориентированных заданий, ситуационных задач.
1.5	Основы лечебной физической культуры	4	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка к дискуссионному обсуждению тематических вопросов, рейтинговой контрольной работе № 1.	Дискуссионный клуб. Рейтинговая контрольная работа № 1.
2	ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (12 ч)			
2.1.1	ЛФК при нарушениях осанки	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
2.1.2	ЛФК при сколиотической болезни	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.

2.2	ЛФК при деформациях стопы	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
2.3	ЛФК при заболеваниях суставов	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
2.4	Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	4	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка к дискуссионному обсуждению тематических вопросов	Дискуссионный клуб.
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов (12 ч)			
3.1.1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
3.2.1	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
3.3	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
3.4	ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка схем, планов-конспектов, комплексов ФУ.	Собеседование. Защита компетентностно-ориентированных заданий, ситуационных задач.

3.5	ЛФК при заболеваниях внутренних органов	4	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка к дискуссионному обсуждению тематических вопросов, рейтинговой контрольной работе № 2.	Дискуссионный клуб. Рейтинговая контрольная работа № 2.
4	Лечебная физическая культура в травматологии и неврологии (4 ч)			
4.3	ЛФК в травматологии и неврологии	4	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Подготовка к дискуссионному обсуждению тематических вопросов, рейтинговой контрольной работе № 3.	Дискуссионный клуб. Рейтинговая контрольная работа № 3.
5	Физическая культура в специальных медицинских группах (2 ч)			
5.2.3	Методология оценки эффективности физической культуры в специальных медицинских группах	2	Углубленный анализ учебно-методической литературы, ЭУМК/ИЭУМК дисциплины. Разработка плана ВПН, анализ хронометрии занятия.	Собеседование. Защита индивидуальных заданий.
	Всего:	38ч.		

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов осуществляется в двух основных формах, отличающихся степенью самостоятельности ее выполнения, управления и контроля со стороны преподавателя:

– самостоятельная работа, предусматривающая самостоятельное выполнение студентами учебного или исследовательского задания при опосредованном контроле и управлении преподавателя (указание с его стороны, рекомендации, научно-методические и информационное обеспечение и др.);

– собственно самостоятельная работа, организуемая студентом в рациональное с его точки зрения время, мотивируемая собственными познавательными потребностями и контролируемая им самим (например, подготовка к экзамену).

Самостоятельная работа студентов, как форма организации учебного процесса, направлена на активизацию учебно-познавательной деятельности студентов, формирование у них умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

1. Преподаватель отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов:

– доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы или разделы дисциплины;

– разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает источники литературы;

– знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;

– проводит установочные занятия, индивидуальные консультации, контрольные мероприятия, собеседования.

2. Студент должен:

– ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;

– ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;

– изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану;

– подготовить и представить выполненную работу (реферат, презентацию, доклад, индивидуальное задание и др.), согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

– все контрольные вопросы по теме (разделу) дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному преподавателем плану;

– задание может быть выполнено в виде презентации, в форме реферата и др., защиты учебных заданий;

– при оформлении реферата (доклада) обязательно наличие списка литературы с полным библиографическим описанием на основе приказа ВАК

Республики Беларусь № 206 от 08.09.2016 г. «Образцы оформления библиографического описания в списке источников, приводимых в диссертации и автореферате»;

– обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания УСР. Невыполнение заданий УСР расценивается как невыполнение учебной программы, и студенты не допускаются к промежуточной форме контроля по дисциплине (экзамен).

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Тема 2.4 Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (семинарское занятия, 2 ч)

Вопросы для рассмотрения:

1. Клинико-физиологическая характеристика заболеваний опорно-двигательного аппарата.
2. Роль ЛФК в комплексном лечении деформаций и заболеваний опорно-двигательного аппарата.
3. Особенности методики лечебной гимнастики при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата в зависимости от периода течения болезни (острый, подострый, хронический (стадия ремиссии)).
4. Методы оценки эффективности ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

МОДУЛЬ 1

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне узнавания:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием лекции по теме 2.1 из теоретического раздела ЭУМК учебной дисциплины и практическими занятиями по темам 2.1-2.4 дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– составить опорный конспект по тематике занятия и глоссарий по основным тематическим понятиям.

Форма контроля: собеседование, защита опорного конспекта и глоссария.

МОДУЛЬ 2

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне воспроизведения:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием лекции по теме 2.1 из теоретического раздела ЭУМК учебной дисциплины и практическими занятиями по темам 2.1-2.4 дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– обосновать выбор задач и применение специальных упражнений по двигательным режимам;

– подготовить мультимедийную презентацию по одному из рассматриваемых тематических вопросов учебного занятия (по выбору студента).

Форма контроля: собеседование, защита мультимедийной презентации.

МОДУЛЬ 3

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием лекции по теме 2.1 из теоретического раздела ЭУМК учебной дисциплины и практическими занятиями по темам 2.1-2.4 дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– подготовить аналитический обзор используемых в отечественной и зарубежной практике ЛФК средств, форм и комплексов при различных деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (по выбору студента);

– обосновать выбор задач и применение специальных упражнений по двигательным режимам с учетом современных научно-методических подходов.

Форма контроля: собеседование, защита сравнительного аналитического обзора.

Литература:

Основная: [1].

Дополнительная: [3], [5], [6], [7], [8], [9], [11], [12], [13].

Тема 3.4 ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости (практическое занятия, 2 ч)

Вопросы для рассмотрения:

1. Клинико-физиологическая характеристика заболеваний, являющихся показанием для оперативных вмешательств на органах брюшной полости (аппендицит, грыжи, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, холецистит опорно-двигательного аппарата).
2. Роль ЛФК в комплексном лечении пациентов хирургического профиля
3. Особенности методики лечебной гимнастики при операциях на органах брюшной полости в зависимости от периода применения ЛФК (пред- и послеоперационный).

МОДУЛЬ 1

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне узнавания:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием учебного материала по теме 3.4 из ЭУМК учебной дисциплины и дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– составить опорный конспект по тематике занятия и глоссарий по основным тематическим понятиям.

Форма контроля: собеседование, защита опорного конспекта и глоссария.

МОДУЛЬ 2

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне воспроизведения:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием учебного материала по теме 3.4 из ЭУМК учебной дисциплины и дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– подготовить мультимедийную презентацию по одному из рассматриваемых тематических вопросов учебного занятия (по выбору студента);

– составить примерную схему процедуры ЛГ и комплекс ФУ при: аппендэктомии в послеоперационном периоде; аппендэктомии в постгоспитальном периоде; грыжесечении в послеоперационном периоде (по выбору студента).

Форма контроля: собеседование, защита мультимедийной презентации, защита представленной схемы ЛГ.

МОДУЛЬ 3

Учебные задания по теме УСР, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний:

– ознакомиться с учебной литературой из предложенного списка литературы по тематике занятия;

– ознакомиться с кратким содержанием учебного материала по теме 3.4 из ЭУМК учебной дисциплины и дистанционного курса ИЭУМК “Лечебная физическая культура” [Электронный ресурс];

– подготовить аналитический обзор используемых в отечественной и зарубежной практике ЛФК средств, форм и комплексов при аппендэктомии в послеоперационном периоде; аппендэктомии в постгоспитальном периоде; грыжесечении в послеоперационном периоде (по выбору студента);

– обосновать выбор задач и применение специальных упражнений на различных этапах реабилитации с учетом современных научно-методических подходов.

Форма контроля: собеседование, защита сравнительного аналитического обзора.

Литература:

Основная: [1].

Дополнительная: [3], [5], [6], [8], [11], [12], [13].

- **ПРИМЕЧАНИЕ!** Все задания выполняются в рукописном варианте (кроме комплексов ФУ) в одной отдельной тетради.
- Обязательное наличие списка литературы с полным библиографическим описанием.

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Для контроля качества выполнения требований учебной программы по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура» предусматривается использование следующих средств диагностики:

- оценка методических разработок, схем (планов-конспектов) занятий ЛФК, комплексов физических упражнений, выполненных на учебных занятиях и предлагаемых для самостоятельного освоения студентами в рамках УСР;
- устный, тестовый или письменный опрос во время занятий, рейтинговые контрольные работы;
- оценка и защита компетентно-ориентированных заданий, ситуационных задач, рефератов, эссе, докладов и презентаций;
- оценка и защита заданий, предлагаемых для самостоятельного освоения и выполнения студентами;
- экзамен в качестве промежуточной оценки знаний студентов.

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Основы лечебной физической культуры.
2. Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (УСРС).
3. ЛФК при заболеваниях внутренних органов.
4. ЛФК в травматологии и неврологии.

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Средства и формы лечебной физической культуры.
2. Двигательные режимы и периоды применения лечебной физической культуры.
3. ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни.
4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
5. ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости (УСРС).
6. Методология оценки эффективности ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы.

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

1. ЛФК при нарушениях осанки (4 ч).
2. ЛФК при сколиотической болезни (4 ч).
3. Методология оценки эффективности ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни.
4. ЛФК при деформациях стопы.

5. ЛФК при заболеваниях суставов.
6. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
7. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.
8. ЛФК при переломах костей и осложнениях после них (4 ч).
9. Методология оценки эффективности ЛФК при переломах костей.
10. ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы (6 ч).
11. Физическая культура в специальных медицинских группах (4 ч).
12. Физическая культура в специальных медицинских отделениях (4 ч).
13. Методология оценки эффективности физической культуры в специальных медицинских группах.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ВОПРОСОВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Материальная база. Обязанности методиста ЛФК. Отчетная документация.
2. Механизм тонизирующего действия физических упражнений на организм человека. Понятие о моторно-висцеральных рефлексах.
3. Механизм трофического действия физических упражнений на организм человека.
4. Формирование временных и постоянных компенсаций с помощью средств ЛФК.
5. Механизм нормализации нарушенных функций при лечебном применении физических упражнений.
6. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Факторы риска.
7. Классификация и краткая характеристика средств ЛФК.
8. Классификация и характеристика гимнастических упражнений.
9. Характеристика общеразвивающих и специальных упражнений, их соотношение в зависимости от двигательного режима и состояния больного.
10. Виды (классификация) и характеристика дыхательных упражнений.
11. Задачи общих и специальных дыхательных упражнений.
12. Спортивно-прикладные упражнения в ЛФК. Характеристика, методические приемы изменения величины физической нагрузки.
13. Подвижные и спортивные игры как средства ЛФК. Классификация, методические приемы изменения величины физической нагрузки.
14. Постуральный дренаж. Показания и противопоказания к применению, методика проведения.
15. Лечение положением. Показания и методика проведения.
16. Характеристика трудотерапии. Определение, разновидности, показания к назначению.
17. Характеристика механотерапии. Определение понятия, разновидности механоаппаратов (тренажеров), показания к назначению.
18. Естественные природные факторы. Задачи назначения, средства и формы применения в ЛФК.

19. Определение и разновидности лечебного массажа. Общие правила, приемы и методика массажа.
20. Формы назначения ЛФК. Краткая характеристика.
21. Структура процедуры ЛГ, задачи и содержание ее основных частей. Соотношение специальных и общеразвивающих упражнений. Способы проведения ЛГ. Подбор больных для занятий.
22. Характеристика процедуры ЛГ. Оценка её эффективности. Определение, принципы построения и анализа физиологической кривой нагрузки.
23. Терренкур, дозированная ходьба и бег как формы ЛФК. Характеристика, методические приемы дозирования физической нагрузки.
24. Характеристика и содержание типовых двигательных режимов в стационаре.
25. Характеристика и содержание типовых двигательных режимов в санатории.
26. Характеристика периодов применения ЛФК на больничном этапе медицинской реабилитации. Задачи периодов, взаимосвязь с двигательными режимами.
27. Характеристика периодов применения ЛФК на послебольничном этапе медицинской реабилитации. Задачи периодов, взаимосвязь с двигательными режимами.
28. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений. Реализация педагогических принципов.
29. Характеристика физических нагрузок, применяемых в лечебной физической культуре. Методические приемы изменения величины физической нагрузки.
30. Понятие о «внешней» и «внутренней» стороне нагрузки, их показатели. Методические приемы дозирования физической нагрузки.
31. Разновидности осанки. Причины и механизмы формирования нарушений осанки, их влияние на состояние здоровья. Профилактика.
32. Виды и признаки нарушений осанки в сагиттальной плоскости, вызванные увеличением физиологических изгибов. Задачи и основы методики ЛФК.
33. Виды и признаки нарушений осанки в сагиттальной плоскости, вызванные уменьшением физиологических изгибов. Задачи и основы методики ЛФК.
34. Нарушение осанки во фронтальной плоскости (сколиотическая осанка). Клинические признаки. Задачи и основы методики лечебной физической культуры. Противопоказания на занятиях.
35. Методика формирования навыка правильной осанки. Специальные упражнения.
36. Понятие о сколиозе и сколиотической болезни. Клинические признаки сколиоза. Методы комплексного лечения и оценки эффективности лечебной физической культуры.
37. Задачи и основы методики лечебной физической культуры при сколиозе. Оптимальные исходные положения. Противопоказания на занятиях.
38. Структура и содержание лечебной корригирующей гимнастики при сколиозе. Характеристика специальных упражнений, техника выполнения. Противопоказания на занятиях.

39. ЛФК при плоскостопии. Задачи, специальные упражнения, противопоказания на занятиях. Методы оценки эффективности лечебной физической культуры.
40. Задачи и особенности методики лечебной физической культуры при заболеваниях суставов в зависимости от периода лечения.
41. Методы функционального обследования сердечно-сосудистой системы и оценки эффективности лечебной физической культуры. Оценка результатов.
42. Методы функционального обследования дыхательной системы и оценки эффективности лечебной физической культуры.
43. Методы оценки эффективности лечебной физической культуры при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
44. Лечебная физическая культура при пороках сердца. Содержание двигательных режимов с учетом степени недостаточности кровообращения.
45. Лечебная физическая культура при артериальной гипертензии.
46. Основы методики и задачи лечебной физической культуры при артериальной гипотензии.
47. Лечебная физическая культура при бронхиальной астме. Специальные упражнения.
48. Основы методики и задачи лечебной физической культуры при пневмонии.
49. Особенности методики лечебной физической культуры при гастритах в зависимости от клинической формы (повышенной или пониженной секреторной функции).
50. Особенности методики лечебной физической культуры при ожирении. Методы оценки эффективности занятий лечебной физической культуры.
51. Лечебная физическая культура при миопии (близорукости). Задачи, специальные упражнения. Противопоказания на занятиях.
52. Основы методики лечебной физической культуры при переломах. Задачи, специальные упражнения в зависимости от периода применения лечебной физкультуры.
53. ЛФК при переломах лучевой кости в типичном месте. Специальные упражнения.
54. ЛФК при переломах в области лодыжек.
55. ЛФК при шейном остеохондрозе. Задачи. Специальные упражнения, противопоказания.
56. ЛФК при поясничном остеохондрозе. Методы вытяжения. Оптимальные исходные положения, противопоказания на занятиях.
57. Организация учебного процесса по физической культуре в СМГ в высших учебных заведениях. Дифференцированный подход к дозированию физической нагрузки.
58. Организация учебного процесса по физической культуре в СМГ в общеобразовательных учреждениях. Дифференцированный подход к дозированию физической нагрузки.
59. Периоды физического воспитания в СМГ. Задачи периодов. Средства и формы физической культуры.

60. Организационно-методические особенности проведения занятий в СМГ. Структура и содержание урока. Дифференцированный подход к дозированию физической нагрузки.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ К ЭКЗАМЕНУ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1. Охарактеризуйте и обоснуйте выбор методов врачебно-педагогических наблюдений на занятиях лечебной физкультуры или в специальных медицинских группах (по выбору студента).
2. Оцените эффективность проводимых занятий по физической культуре в специальных медицинских группах (основной период). Дайте определение понятию «моторная плотность урока», раскройте методику ее расчета, обоснуйте ее оптимальность в спецмедгруппах.
3. Оцените эффективность проводимых занятий по физической культуре в специальных медицинских группах, подгруппа «А» (основной период). Дайте определение понятию «физиологическая кривая нагрузки», составьте и проведите анализ распределения физической нагрузки на занятии.
4. Оцените эффективность проводимых занятий по физической культуре в специальных медицинских группах, подгруппа «Б» (основной период). Дайте определение понятию «физиологическая кривая нагрузки», составьте и проведите анализ распределения физической нагрузки на занятии.
5. Рассчитайте резерв сердца и обоснуйте оптимальную тренировочную физическую нагрузку: пациент на свободном двигательном режиме – 64 года, ЧСС в покое – 72 уд/мин.
6. Рассчитайте резерв сердца и обоснуйте оптимальную тренировочную физическую нагрузку: пациент на послебольничном этапе медицинской реабилитации – 60 лет, пульс в покое – 88 уд/мин.
7. Охарактеризуйте основные формы планирования занятий лечебной физкультуры: представьте в виде таблицы схему процедуры лечебной гимнастики и комплексы физических упражнений; обоснуйте содержание основных ее разделов.
8. Сформулируйте и обоснуйте задачи вводного периода лечебной физкультуры. Охарактеризуйте типовые режимы двигательной активности, соответствующие вводному периоду, с позиций допустимого максимального увеличения пульса от исходного.
9. Учащийся 14 лет с юношеским кифозом. Дайте и обоснуйте методические рекомендации для занятий корригирующей гимнастикой в домашних условиях: задачи, специальные упражнения, методика выполнения.
10. Учащийся со сколиотической болезнью II стадии прошел курс комплексного лечения в санаторной школе-интернат. Охарактеризуйте методы комплексного лечения. На основании каких изменений можно провести учет эффективности проведенного лечения?

11. Учащийся с плоскостопием. Сформулируйте задачи комплексного лечения, опишите и обоснуйте специальные упражнения, методы диагностики и оценки эффективности.
12. Дайте и обоснуйте методические указания к составлению комплекса корригирующей гимнастики: задачи, специальные упражнения, противопоказания на занятиях.
13. Пациент с бронхиальной астмой в стадии ремиссии. Дайте и обоснуйте методические указания к составлению комплекса лечебной гимнастики: задачи, специальные упражнения, оптимальные исходные положения, противопоказания на занятиях.
14. Пациент с ожирением. Длина тела 172 см, масса тела 98 кг. Рассчитайте индекс массы тела, охарактеризуйте методы комплексного лечения, в том числе средствами лечебной физкультуры.
15. Пациент с эпифизарным переломом луча в типичном месте. Раскройте и обоснуйте методику лечебной физкультуры в I периоде: задачи, средства и формы ЛФК. Противопоказания на занятиях, методы оценки эффективности после курса лечения.
16. Пациент с остеохондрозом шейного отдела позвоночника, период ремиссии. Раскройте методику лечебной физкультуры: задачи, специальные упражнения, оптимальные исходные положения, противопоказания на занятиях.
17. Раскройте особенности структуры и содержания уроков в специальных медицинских группах. Постройте физиологическую кривую нагрузки и обоснуйте характер ее распределения.
18. Дайте и обоснуйте рекомендации по дозированию физической нагрузки в подгруппах «А» и «Б» на занятиях физической культуры в специальных медицинских группах.
19. Проанализируйте методику занятий физической культуры в специальных медицинских группах при миопии. Дайте рекомендации по дозированию физической нагрузки, подбору специальных упражнений и противопоказаниям на занятиях.
20. Проанализируйте методику занятий физической культуры в специальных медицинских группах при язвенной болезни желудка. Дайте рекомендации по дозированию физической нагрузки, подбору специальных упражнений и противопоказаниям на занятиях.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

по учебной дисциплине «Лечебная физическая культура»

10 (десять) баллов, зачтено:

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;
- точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;
- безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, по изучаемой учебной дисциплине;
- умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9 (девять) баллов, зачтено:

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач.
- способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;
- систематическая, активная самостоятельная работа на практических занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

8 (восемь) баллов, зачтено:

– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

– владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

– способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

– активная самостоятельная работа на практических занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

7 (семь) баллов, зачтено:

– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;

– владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

– свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку;

– самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

6 (шесть) баллов, зачтено:

– достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;

– использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы;

- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;
- активная самостоятельная работа на практических занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

5 (пять) баллов, зачтено:

- достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку;
- самостоятельная работа на практических занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

4 (четыре) балла, зачтено:

- достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;
- умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку;
- работа под руководством преподавателя на практических занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий.

3 (три) балла, не зачтено:

- недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования;
- знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками;
- слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;
- неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины;
- пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

2 (два) балла, не зачтено:

- фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования;
- знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине;
- неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок;
- пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

1 (один) балл, не зачтено:

- отсутствие знаний и (компетенций) в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов					
		Всего часов	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Семинарские занятия	УСРС
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Основы лечебной физической культуры	10	4		4	2	
1.1	Введение в предмет. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений	2	2				
1.2	Средства и формы лечебной физической культуры	2			2		
1.3	Двигательные режимы и периоды применения лечебной физической культуры	2			2		
1.4	Дозирование нагрузки в лечебной физической культуре. Методы оценки эффективности занятий	2	2				
1.5	Основы лечебной физической культуры	2				2	
2	Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	20	2	14	2		2
2.1	ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни	14	2	10	2		
2.2	ЛФК при деформациях стопы	2		2			
2.3	ЛФК при заболеваниях суставов	2		2			
2.4	Основы ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	2					2 сем.
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов	14	4	4	2	2	2
3.1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	4	2	2			
3.2	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	4	2		2		

3.3	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ	2		2			
3.4	ЛФК при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости	2					2 практ.
3.5	ЛФК при заболеваниях внутренних органов	2				2	
4	Лечебная физическая культуры в травматологии и неврологии	18	2	12	2	2	
4.1	Основы ЛФК при переломах костей и осложнениях после них	8	2	6			
4.2	ЛФК при заболеваниях и травмах нервной системы	8		6	2		
4.3	Лечебная физическая культура в травматологии и неврологии	2				2	
5	Физическая культура в специальных медицинских группах	12	2	10			
5.1	Физическая культура в специальных медицинских группах	12	2	10			
	Итого:	74	14	40	10	6	4

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
Анатомия Биомеханика	Медико-биологических основ физического воспитания	При освещении вопросов особенностей анатомического положения тела акцентировать внимание на биомеханических параметрах и основах правильного положения	26.04.2023 г., протокол № 9
Физиология	Медико-биологических основ физического воспитания	При освещении физиологических особенностей акцентировать внимание на характере динамического изменения физиологических функций при различных патологических состояниях организма, согласно патофизиологии	26.04.2023 г., протокол № 9
Спортивная медицина	Медико-биологических основ физического воспитания	При освещении клинических методов функциональной диагностики организма акцентировать внимание на их использовании при оценке эффективности в ЛФК	26.04.2023 г., протокол № 9