

**Учреждение образования
«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

И.В. Семченко

(подпись)

28.05.2015

(дата утверждения)

Регистрационный № УД-43-2015-241 /уч.

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
И МАССАЖ В ТЕРАПИИ**

Учебная программа дисциплины специализации 1-03 02 01 05 «Основы
лечебной физической культуры» учреждения высшего образования
для специальности 1-03 02 01 «Физическая культура»

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования ОСВО 1-03 02 01-2013 и учебного плана специальности 1-03 02 01 Физическая культура (рег. номер А-03-02-13 от 26.08.2013)

СОСТАВИТЕЛИ:

Тозик О.В. – канд. пед. наук, старший преподаватель кафедры оздоровительной и лечебной физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

Котовенко С.В. – старший преподаватель кафедры оздоровительной и лечебной физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

Мельников С.В. – преподаватель кафедры оздоровительной и лечебной физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой оздоровительной и лечебной физической культуры
УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

(протокол № 11 от 25.05.2015);

Научно-методическим советом учреждения образования «Гомельский
государственный университет им. Ф. Скорины»

(протокол № 7 от 27.05.2015).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Заболевания кардио-респираторной системы стоят на первом месте по числу больных, по результатам последних исследований, ведущим фактором в их этиологии является гиподинамия и ее последствия. Все ведущие кардиологи мира признали роль лечебной физической культуры в лечении и профилактике таких патологий. Изменения вызванные гиподинамией и алиментарными факторами так же приводят к развитию нарушений в работе желудочно-кишечного тракта, органов выделения и мочеполовой системы, к выраженным нарушениям обмена веществ. Данную группу заболеваний можно объединить под общим термином – терапевтические. Использование средств и методов лечебной физической культуры, а так же массажа в лечении, профилактике осложнений и предупреждении названных патологий, позволяет снизить медикаментозную нагрузку, развивает адаптивные изменения и формирует физиологические компенсации в организме больного. Лечебная физическая культура и массаж в терапии являются немедикаментозным средством лечения и профилактики осложнений.

Целью дисциплины является овладение студентами основами применения лечебной физической культуры и массажа при заболеваниях кардио-респираторной системы, желудочно-кишечного тракта, мочеполовой системы и нарушений обмена веществ, на различных этапах восстановительного лечения и профилактики.

Задачами дисциплины являются:

- формирование у студентов системы знаний о характере патологических изменений, а также о механизмах лечебного действия физических упражнений и массажа в клинике терапевтических заболеваний,
- овладение методами врачебно-педагогической оценки эффективности воздействия лечебной физической культуры;
- усвоение применения средств ЛФК и массажных приемов в зависимости от периода заболевания и режима двигательной активности;
- формирование практических умений и навыков по использованию лечебной физической культуры и массажа в клинике терапевтических заболеваний с учетом диагноза, двигательных возможностей и периода заболевания.

Учебная программа “Лечебная физическая культура и массаж в терапии ” основывается на ранее полученных студентами знаниях по таким учебным курсам, как “Анатомия”, “Физиология”, “Биомеханика”, “Спортивная медицина”, “Лечебная физическая культура”.

Учебная программа “Лечебная физическая культура и массаж в терапии” изучается студентами 4 курса специальности 1-03 02 01 – “Физическая культура” специализации 1-03 02 01 05 “Основы лечебной физической культуры”. Общее количество часов – 200; аудиторное

количество часов – 90, из них: лекции – 16 часов, лабораторные занятия – 28 часов, практические занятия – 32 часа, семинарские занятия – 14 часов. Форма отчётности – экзамен в 8 семестре.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел 1 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ В КАРДИОЛОГИИ

Тема 1 ОСОБЕННОСТИ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Основные заболевания сердечно-сосудистой системы, врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные, пороки, ишемии, инфаркты, воспалительные процессы миокарда, перикарда, эндокарда.

Тема 2 ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Нарушения функций автоматизма, проводимости, возбудимости, аритмии, экстрасистолии, блокады продольные и поперечные. Изменения в сердечно-сосудистой системе, компенсированные и декомпенсированные состояния.

Тема 3 МЕТОДЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ В КАРДИОЛОГИИ

Функциональная диагностика, велоэргометрия и электрокардиография функциональные классы больных, толерантность к физическим нагрузкам и двигательные режимы, строгий, палатный, свободный, поликлинический и санаторный этапы восстановления.

Тема 4 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА В КАРДИОЛОГИИ

Методика и средства ЛФК при сердечно-сосудистой патологии, специальные, общеразвивающие, дыхательные упражнения, экстракардиальные факторы кровообращения и их роль в различные периоды применения ЛФК.

Тема 5 СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЛФК ПРИ ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Лечебная гимнастика, специальные упражнения для снижения периферического сопротивления сосудов, повышение тонуса и нормализация функций, дыхательная гимнастика, лечебная ходьба, терренкур

Контроль за эффективностью лечения. Аппаратный контроль, ЭКГ, пульсометрия, мощность выполняемой нагрузки, пульсовая стоимость работы.

Тема 6 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ПОРОКАХ СЕРДЦА

Методика реабилитации кардиологических больных после острых состояний - кризов, инфарктов, стационар, санаторий, поликлиника, самостоятельная двигательная активность.

Пороки сердца врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные, регургитация. Порок митрального, аортального клапанов, стеноз аорты, ЛФК и массаж, противопоказания и показания к нагрузкам, циклические нагрузки малой мощности, компенсации.

Тема 7 ЛФК И МАССАЖ ПРИ МИОКАРДИТАХ И СТЕНОКАРДИИ

Миокардиты инфекционные и вторичные. Миокардиодистрофия. Стенокардия покоя, напряжения, стабильная и нестабильная. ЛФК и массаж, специальные упражнения, липидный спектр крови, атеросклероз сосудов, аэробные циклические упражнения, Методика ЛФК и массажа.

Тема 8 МЕТОДИКА ЛФК И МАССАЖА ПРИ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения. Поражение передней, боковой и задней стенки левого желудочка, физическая работоспособность, критерии физических нагрузок. Определение функционального класса ИБС, велоэлектрокардиография, ЛФК и массаж при I – IV функциональном классах ИБС. Санаторно-курортное лечение, профилактика гиподинамии.

Тема 9 СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ИНФАРКТЕ МИОКАРДА

Инфаркт миокарда, острая ишемия сердечной мышцы, мелкоочаговые и крупноочаговые инфаркты, медикаментозное лечение. Симптоматика и первая помощь при инфаркте миокарда. Степень и тяжесть инфаркта, стентирование и аортокоронарное шунтирование.

Применение ЛФК и массажа при инфаркте, строгий постельный, палатный, свободный двигательные режимы, противопоказания к

углубленному дыханию, дозированная ходьба, терренкур, массаж воротниковой зоны и конечностей.

Тема 10 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ГИПЕРТЕНЗИИ И ГИПОТОНИИ

Гипертензия и гипертония, первичная и вторичная гипертония, этиология и патогенез гипертонической болезни, стадии недостаточности- I; IIА; IIВ; III, значение физических нагрузок в регуляции тонуса сосудов, изометрические парадоксальные упражнения, релаксационные упражнения и аутотренинг.

Гипотония, первичная и вторичная, анатомически- конституциональная. Двигательный режим. Эмоциональная окрашенность нагрузки, скоростно-силовые и игровые упражнения, закаливание.

Раздел 2 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Тема 1 ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Характеристика основных заболевания органов дыхания, инфекционные аллергические, функциональные, ЛОР области, дыхательных путей, слизистой оболочки и легочной ткани.

Функциональные и анатомические нарушения при заболеваниях органов дыхания, отек, одышка, удушье, кашель, спазм мускулатуры бронхов, бронхоэктазы. Первая помощь при приступах удушья.

Механизм лечебного действия ЛФК и массажа, специфическое и неспецифическое действие упражнений, углубление дыхания, нормализация фазы вдоха и выдоха, дренажные упражнения, массаж грудной клетки перкуссионный.

Тема 2 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ БРОНХИТАХ И БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ

Бронхиты, астматические компоненты. Бронхиальная астма. Воспаление легких, плевриты; бронхоэктазии и эмфизема легких; легочно-сердечные проявления, туберкулез легких. Легочно-сердечные проявления недостаточности. Отек легких, кровохарканье.

Тема 3 ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ГИМНАСТИКИ

Статические и динамические дыхательные упражнения, дыхательная гимнастика как специфический метод ЛФК в пульмонологии. Парадоксальная гимнастика Стрельниковой, гимнастика Бутейко, методика обучения, показания и противопоказания, адаптация к гипоксии и гиперкапнии, восточные дыхательной гимнастики Йога, Ци-гун.

Тема 4 МЕТОДЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Методика обучения правильному дыханию в период стойкой ремиссии, глубина вдоха и выдоха, длительность фаз, волевая отработка функции глубины и частоты дыхания.

Учет эффективности лечения, спирометрия, пикфлоуметрия, пневмотахография.

Раздел 3 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ, МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ И НАРУШЕНИИ ОБМЕННЫХ ПРОЦЕССОВ

Тема 1 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ОСНОВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

Характеристика основных заболеваний желудка, тонкого и толстого кишечника, прямой кишки. Гастриты и язвенная болезнь, колиты, атонии. Функциональные нарушения. Возбудимость нервной системы, повышенная и пониженная секреция пищеварительных соков, хеликобактерии, режим питания, вредные привычки. Методика построения занятий ЛФК при различных формах секреции и возбудимости нервной системы, временные параметры питания и нагрузки.

Тема 2 СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЛФК ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

Заболевания печени и желчного пузыря, дискинезии и атонии анатомические и функциональные, холецистит, желчекаменная болезнь. Методика построения занятий ЛФК при спастических явлениях и атонических, гипер- и гипосекреции, застойных явлениях, геморрое. Опущениях внутренних органов. Массаж и самомассаж дифференцированный подход при выборе массажных приемов. Сегментарный и общий, расслабляющий и тонизирующий, дермовисцеральные рефлексy и биологически активные точки, зона Боасса.

Тема 3 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК

ЛФК и массаж при заболеваниях почек, органов малого таза, нефриты, циститы, заболевания придатков и предстательной железы, последствия венозного застоя в малом тазу. Массаж сегментарный и специальный, Специальные упражнения для активизации венозного оттока в малом тазу, развитие силы мышц тазового дна и мышц запираателей. Противопоказания.

Тема 4 МЕТОДИКА ЛФК И МАССАЖА В ГИНЕКОЛОГИИ

Беременность и происходящие в организме женщины перестройки, функциональные нагрузки на скелет, мышцы, сердечно-сосудистую систему, изменение центра массы тела. Влияние физической культуры и спорта на менструальный цикл, беременность, роды, послеродовый период. ЛФК и массаж при беременности в 1–3 триместры, специальные упражнения, профилактика застоя крови в малом тазу. Методика обучения родовому дыханию, профилактика сопутствующих нарушений. Неправильное положение плода и специальная гимнастика для его ликвидации.

Противопоказания к назначению лечебной гимнастики в послеродовом периоде. Задачи и методика лечебной гимнастики. Методика лечебной гимнастики в послеродовом периоде. Исходные положения. Специальные упражнения.

Тема 5 ОСОБЕННОСТИ ЛФК И МАССАЖА ПРИ ГАСТРОПТОЗАХ И НЕФРОПТОЗАХ

Гастроптоз и нефроптоз, слабость мышц брюшной стенки и тазового дна, функциональные нарушения, хирургическое лечение, ЛФК специальные упражнения, коррекция органов исходным положением.

Тема 6 СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ЛФК И МАССАЖА ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ

Сахарный диабет, первого и второго типа, инсулинотерапия, регуляция уровня глюкозы при мышечной работе, толерантность глюкозы к инсулину. Противопоказания и противопоказания к назначению ЛФК. ЛФК и массаж при сахарном диабете в различные периоды, циклические упражнения, работа на тренажерах, профилактика ангио и нейропатий средствами ЛФК и массажа. Сочетание инсулинотерапии с ЛФК и массажем.

Тема 7 ЛФК И МАССАЖ ПРИ ОЖИРЕНИИ

Ожирение алиментарное, эндокринное. Индекс массы тела.

Андронное и ганоидное распределение жира, гиподинамия, гипертония, холестерин, рациональное питание, энергетическая ценность пищи, основной обмен, расход энергии и ее потребление, энергетический баланс. ЛФК и массаж при алиментарном ожирении, аэробные нагрузки, аэробное окисление, эффект суммации работы, дробление нагрузки, расчет выполненной работы.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Название раздела, темы	Количество аудиторных часов				Иное	Количество часов УСР	Форма контроля знаний
	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1 Лечебная физическая культура и массаж в кардиологии							
1 Особенности заболеваний сердечно-сосудистой системы 1 Основные заболевания сердечно-сосудистой системы 2 Врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные пороки сердца. 3 Ишемии, инфаркты, воспалительные процессы миокарда, перикарда, эндокарда.	2	2	-	-			
2 Функциональные нарушения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы 1 Нарушения функций автоматизма, проводимости, возбудимости, аритмии, экстрасистолии, блокады продольные и поперечные. 2 Изменения в сердечно-сосудистой системе, компенсированные и декомпенсированные состояния.	2	-	-	-			

<p>3 Методы функциональной диагностики в кардиологии 1 Функциональная диагностика, велоэргометрия и электрокардиография 2 Функциональные классы больных, толерантность к физическим нагрузкам 3 Двигательные режимы.</p>	2	2	-	-			
<p>4 Особенности ЛФК и массажа в кардиологии 1 Методика и средства ЛФК при сердечно-сосудистой патологии 2 Специальные, общеразвивающие, дыхательные упражнения, 3 Экстракардиальные факторы кровообращения и их роль в различные периоды применения ЛФК.</p>	2	2	2	-			
<p>5 Средства и методы ЛФК при лечении больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы 1 Лечебная гимнастика, специальные упражнения для снижения периферического сопротивления сосудов, повышения тонуса и нормализация функций 2 Дыхательная гимнастика, лечебная ходьба, терренкур при заболеваниях сердца и сосудов 3 Контроль за эффективностью лечения. Аппаратный контроль, ЭКГ, пульсометрия, мощность выполняемой нагрузки, пульсовая стоимость работы.</p>	-	2	2	2			
<p>6 Особенности ЛФК и массажа при пороках сердца 1 Методика реабилитации кардиологических больных после острых состояний - кризов, инфарктов. 2 Пороки сердца врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные, регургитация. 3 Порок митрального, аортального клапанов, стеноз аорты, ЛФК и массаж, противопоказания и показания к нагрузкам, циклические нагрузки малой мощности, компенсации.</p>	-	2	-	2			

<p>7 ЛФК и массаж при миокардитах и стенокардии 1 Миокардиты инфекционные и вторичные. Миокардиодистрофия. 2 Стенокардия покоя, напряжения, стабильная и нестабильная. 3 ЛФК и массаж, специальные упражнения, липидный спектр крови, атеросклероз сосудов, аэробные циклические упражнения.</p>	-	2	-	2			
<p>8 Методика ЛФК и массажа при ишемической болезни сердца 1 Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения. Поражение передней, боковой и задней стенки левого желудочка, физическая работоспособность, критерии физических нагрузок. 2 Определение функционального класса ИБС, велоэлектрокардиография, 3 ЛФК и массаж при I – IV функциональном классах ИБС. Санаторно-курортное лечение, профилактика гиподинамии.</p>	2	2	-	2			Защита рефератов
<p>9 Средства и методы ЛФК и массажа при инфаркте миокарда 1 Инфаркт миокарда, острая ишемия сердечной мышцы, мелкоочаговые и крупноочаговые инфаркты, медикаментозное лечение. 2 Симптоматика и первая помощь при инфаркте миокарда. Степень и тяжесть инфаркта, стентирование и аортокоронарное шунтирование. 3 Применение ЛФК и массажа при инфаркте, строгий постельный, палатный, свободный двигательные режимы, противопоказания к углубленному дыханию, дозированная ходьба, терренкур, массаж воротниковой зоны и конечностей.</p>	-	2	-	2			
<p>10 Особенности ЛФК и массажа при гипертензии и гипотонии 1 Гипертензия и гипертония, первичная и вторичная гипертония, этиология и патогенез гипертонической болезни, стадии недостаточности значение физических нагрузок в регуляции</p>	-	2	-	2			АКР

<p>тонуса сосудов, изометрические парадоксальные упражнения, релаксационные упражнения и аутотренинг.</p> <p>2 Гипотония, первичная и вторичная, анатомически-конституциональная. Двигательный режим. Эмоциональная окрашенность нагрузки, скоростно-силовые и игровые упражнения, закаливание.</p>							
<p>Раздел 2 Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания</p>							
<p>1 Характеристика основных заболеваний органов дыхания</p> <p>1 Характеристика основных заболевания органов дыхания, инфекционные аллергические, функциональные, ЛОР области, дыхательных путей, слизистой оболочки и легочной ткани.</p> <p>2 Функциональные и анатомические нарушения при заболеваниях органов дыхания, отек, одышка, удушье, кашель, спазм мускулатуры бронхов, бронхоэктазы. Первая помощь при приступах удушья.</p> <p>3 Механизм лечебного действия ЛФК и массажа, специфическое и неспецифическое действие упражнений, углубление дыхания, нормализация фазы вдоха и выдоха, дренажные упражнения, массаж грудной клетки перкуссионный.</p>	2	-	-	-			
<p>2 Особенности ЛФК и массажа при бронхитах и бронхиальной астме</p> <p>1 Бронхиты, астматические компоненты. Бронхиальная астма.</p> <p>2 Воспаление легких, плевриты; бронхоэктазии и эмфизема легких;</p> <p>3 Легочно-сердечные проявления недостаточности, туберкулез легких, отек легких, кровохарканье.</p>	-	2	-	2			

<p>3 Дыхательные упражнения и дыхательные гимнастики</p> <p>1 Статические и динамические дыхательные упражнения, дыхательная гимнастика как специфический метод ЛФК в пульмонологии.</p> <p>2 Парадоксальная гимнастика Стрельниковой, гимнастика Бутейко, методика обучения, показания и противопоказания, адаптация к гипоксии и гиперкапнии,</p> <p>3 Восточные дыхательной гимнастики Йога, Ци-гун.</p>	-	2	2	2		Защита рефератов
<p>4 Методы функциональной диагностики при заболеваниях органов дыхания</p> <p>1 Методика обучения правильному дыханию в период стойкой ремиссии, глубина вдоха и выдоха, длительность фаз, волевая отработка функции глубины и частоты дыхания.</p> <p>2 Учет эффективности лечения, спирометрия, пикфлоуметрия, пневмотахография.</p>	-	2	-	-		АКР
<p>Раздел 3 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения, мочеполовой системы и нарушении обменных процессов</p>						
<p>1 Особенности ЛФК и массажа при основных заболеваниях органов пищеварения</p> <p>1 Характеристика основных заболеваний желудка, тонкого и толстого кишечника, прямой кишки.</p> <p>2 Гастриты и язвенная болезнь, колиты, атонии.</p> <p>3 Повышенная и пониженная секреция пищеварительных соков, хеликобактерии, режим питания, вредные привычки.</p> <p>4 Методика построения занятий ЛФК при различных формах секреции и возбудимости нервной системы, временные параметры питания и нагрузки.</p>	2	2	-	2		

<p>2 Средства и методы ЛФК при заболеваниях печени и желчного пузыря</p> <p>1 Заболевания печени и желчного пузыря, дискинезии и атонии анатомические и функциональные, холецистит, желчекаменная болезнь.</p> <p>2 Методика построения занятий ЛФК при спастических явлениях и атонических, гипер- и гипосекреции, застойных явлениях, геморрое, опущениях внутренних органов.</p> <p>3 Массаж и самомассаж дифференцированный подход при выборе массажных приемов. Сегментарный и общий, расслабляющий и тонизирующий, дермовисцеральные рефлексy и биологически активные точки, зона Боасса.</p>	-	2	2	2		
<p>3 Особенности ЛФК и массажа при заболеваниях почек</p> <p>1 ЛФК и массаж при заболеваниях почек, органов малого таза: нефриты, циститы, заболевания придатков и предстательной железы, последствия венозного застоя в малом тазу.</p> <p>2 Массаж сегментарный и специальный, специальные упражнения для активизации венозного оттока в малом тазу, развитие силы мышц тазового дна и мышц запирателей. Противопоказания.</p>	-	2	-	2		
<p>4 Методика ЛФК и массажа в гинекологии</p> <p>1 Беременность и происходящие в организме женщины перестройки, функциональные нагрузки на скелет, мышцы, сердечно-сосудистую систему, изменение центра массы тела.</p> <p>2 ЛФК и массаж при беременности в 1 – 3 триместры, специальные упражнения, профилактика застоя крови в малом тазу, обучение родовому дыханию, профилактика сопутствующих нарушений.</p> <p>3 Неправильное положение плода и специальная гимнастика для его ликвидации.</p>	-	-	2	-		

<p>5 Особенности ЛФК и массажа при гастроптозах и нефроптозах</p> <p>1 Гастроптоз и нефроптоз, слабость мышц брюшной стенки и тазового дна, функциональные нарушения, хирургическое лечение,</p> <p>2 ЛФК специальные упражнения, коррекция органов исходным положением.</p>	-	-	2	2			
<p>6 Средства и методы ЛФК и массажа при сахарном диабете</p> <p>1 Сахарный диабет, первого и второго типа, инсулинотерапия, регуляция уровня глюкозы при мышечной работе, толерантность глюкозы к инсулину.</p> <p>2 ЛФК и массаж при сахарном диабете в различные периоды, циклические упражнения, работа на тренажерах, профилактика ангио и нейропатий средствами ЛФК и массажа.</p> <p>3 Сочетание инсулинотерапии с ЛФК и массажем.</p>	-	2	-	2			Защита рефератов
<p>7 ЛФК и массаж при ожирении</p> <p>1 Ожирение алиментарное, эндокринное. Индекс массы тела. Андроидное и ганоидное распределение жира, гиподинамия, гипертония, холестерин, рациональное питание, энергетическая ценность пищи, основной обмен, расход энергии и ее потребление, энергетический баланс.</p> <p>2 ЛФК и массаж при алиментарном ожирении, аэробные нагрузки, аэробное окисление, эффект суммации работы, дробление нагрузки, расчет выполненной работы.</p>	2	-	2	2			АКР
Всего часов:	16	32	14	28			экзамен

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Примерный перечень лабораторных работ

- 1 ЛФК в терапии, задачи, показания противопоказания
- 2 Массаж в терапии, задачи, показания и противопоказания
- 3 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – специальные упражнения и массажные приемы
- 4 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – ИБС
- 5 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – стенокардия
- 6 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда
- 7 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – гипертония
- 8 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца
- 9 ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – вегето-сосудистая дистония
- 10 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – специальные упражнения и массажные приемы
- 11 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – бронхит и бронхоэктатическая болезнь
- 12 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – пневмония
- 13 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – плеврит
- 14 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – пневмония
- 15 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – бронхиальная астма
- 16 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – бронхиальная астма
- 17 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – хронические неспецифические заболевания легких
- 18 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – пневмосклероз и эмфизема легких
- 19 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – гайморит, ринит, синусит
- 20 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – специальные упражнения и массажные приемы
- 21 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – гастрит
- 22 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – язвенная болезнь желудка и 12 перстной кишки
- 23 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – дискинезиях желчевыводящих путей
- 24 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – дискинезиях кишечника

- 25 ЛФК и массаж при опущениях внутренних органов – гастроптозе
- 26 ЛФК и массаж при нарушении обмена веществ – ожирении
- 27 ЛФК и массаж при заболеваниях эндокринной системы – сахарный диабет
- 28 ЛФК и массаж при заболеваниях мочеполовой системы: нефриты, простатиты
- 29 ЛФК и массаж в акушерстве и гинекологии
- 30 ЛФК и массаж при опущениях внутренних органов – нефроптозе

Примерный перечень практических занятий

- 1 Характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы
- 2 Экстракардиальные факторы и их роль в различные периоды применения ЛФК
- 3 Пороки сердца врожденные и приобретенные
- 4 Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения
- 5 Инфаркт миокарда, этиология и патогенез
- 6 Методика проведения комплекса дыхательной гимнастики Стрельниковой.
- 7 Методика проведения комплекса дыхательной гимнастики Бутейко
- 8 Методика обучения правильному дыханию в период стойкой ремиссии
- 9 ЛФК и массаж при сахарном диабете в различные периоды
- 10 Характеристика: пороки сердца врожденные и приобретенные
- 11 Методика ЛФК и массажа при врожденных и приобретенных пороках сердца
- 12 Методика построения занятий ЛФК при спастических и атонических явлениях в ЖКТ
- 13 Методика построения занятий ЛФК при гипер- и гипосекреции желудка.
- 14 Методика построения занятий ЛФК при застойных явлениях в толстом кишечнике.
- 15 Методика построения занятий ЛФК при геморрое и простатите.
- 16 Методика построения занятий ЛФК опущениях внутренних органов.
- 17 Методика построения занятий ЛФК при сахарном диабете 2го типа.

Примерный перечень семинаров

- 1 Экстракардиальные факторы и их роль в различные периоды применения ЛФК
- 2 Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения
- 3 Инфаркт миокарда, этиология и патогенез
- 4 ЛФК и массаж при I – IV функциональном классах
- 5 Механизм лечебного действия ЛФК и массаж при гипертонии
- 6 Характеристика основных заболевания органов дыхания
- 7 Воспаление легких и возможные осложнения

- 8 ЛФК и массаж при беременности
- 9 Сахарный диабет, ожирение, этиология и патогенез.

Рекомендуемые формы контроля знаний

- 1 Реферативные работы
- 2 Контрольные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

- 1 Дозированная ходьба при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
- 2 Врачебный контроль на занятиях ЛФК с кардиологическими больными.
- 3 Гипертензия у спортсменов.
- 4 Велоэргометрические исследования в кардиологии.
- 5 Нетрадиционные дыхательные гимнастики востока.
- 6 Неспецифические хронические заболевания легких и их лечение средствами ЛФК
- 7 Течение беременности и ее периоды.
- 8 Сахарный диабет второго типа – болезнь цивилизации.

Рекомендуемые темы контрольных работ

- 1 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – ИБС.
- 2 Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – ИБС.
- 3 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.
- 4 Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.
- 5 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – гипертензии.
- 6 Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.
- 7 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца.
- 8 ЛФК при бронхитах и воспалениях легких
- 9 Массаж при бронхитах и воспалениях легких
- 10 ЛФК при бронхиальной астме.
- 11 ЛФК при заболеваниях ЖКТ – гастриты и ЯБЖ.
- 12 ЛФК при заболеваниях ЖКТ – колиты.
- 13 ЛФК при заболеваниях ЖКТ – дискинезии ЖВП.
- 14 ЛФК при заболеваниях органов малого таза.
- 15 ЛФК при заболеваниях эндокринной системы – сахарный диабет.
- 16 ЛФК при беременности в различные триместры.

Рекомендуемая литература

ОСНОВНАЯ

1 Добровольский, В.К. Учебник инструктора по лечебной физической культуре [текст]: учебник для институтов физической культуры. / Под редакцией В.К. Добровольского. М., «Физкультура и спорт», 1974. 480 с.

2 Дубровский, В.И.. Лечебная физическая культура: Учебник для студентов высших учебных заведений. — 3-е издательство, исправлено и дополнено / В.И. Дубровский - М.: Гуманит. издательский центр ВЛАДОС, 2004. - 624 с.

3 Девятова, М.В. Лечебная физическая культура при остеохондрозе позвоночника и заболеваниях периферической нервной системы. – Л.: Медицина, 1983. – 160 с.

4 Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура: Справочник / Под редакцией В. А. Епифанова, Мошков В. Н [и др].— М: Медицина, 1987.- 528 с: ил.

5 Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А. Епифанов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. - 568 с.

6 Лечебная физическая культура: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н.Попов [и др.]; под ред. С.Н.Попова. – 2-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 416 с.

7 Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике нервных болезней. – 3-е изд. - М.: Медицина, 1972 – 286 с.

8 Попов, С. Н.. Лечебная физическая культура: Учебник для институтов физической культуры. / Под редакцией С. Н. Попова. — М.: Физкультура и спорт, 1988. — 271 с.

9 Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник для студентов высших учебных заведений/С.Н. Попов [и др]; Под редакцией С.Н. Попова. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 416 с.

10 Попов, С.Н.. Физическая реабилитация: Учебник для академий и институтов физической культуры. / Под общей редакцией профессора С.Н. Попова. – Ростов на Дону: издательство «Феникс», 1999. – 608с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

1 Белая, Н.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебно-методическое пособие для медицинских работников / Н.А. Белая. - М.: Советский спорт, 2001. – 272 с.

2 Готовцев, П. И., Субботин А. Д., Селиванов В. П. Лечебная физическая культура и массаж, - М.. Медицина, 1987.—304 с.

3 Древинг, И. Ф.. Лечебная физическая культура. / И. Ф. Древинг. –

Москва: Государственное издательство медицинской литературы «Медгиз», 1954г. – 357с.

4 Найдин В.Л. Реабилитация нейро-хирургических больных с двигательными нарушениями. – М.: Медицина, 1972. – 234 с.

5 Сапин М. Р.. Анатомия человека: Учебник для студентов биологических специализированных вузов. / Под редакцией М. Р. Сапин, Г. Л Билич. — М.: Высшая школа, 1989. — 544 с.

6 Свядоц А.М. . Неврозы. – 3-е изд. перераб. и доп.. – М.: Медицина, 1982. – 368 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ