

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Р А Б О Ч А Я П Р О Г Р А М М А

Дисциплина «Лечебная физкультура»

Уровень высшего образования: подготовка кадров высшей квалификации

Тип образовательной программы: программа ординатуры

Специальность: 31.08.40 Мануальная терапия

Присваиваемая квалификация: Врач – мануальный терапевт

Форма обучения: очная

Срок освоения образовательной программы: 2 года

Код дисциплины: Б1.В.ОД.2

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 31.08.40 Мануальная терапия (уровень подготовки кадров высшей квалификации), с учётом рекомендаций примерной основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы ординатуры по специальности 31.08.40 Мануальная терапия.

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель: программы ординатуры - формирование необходимого уровня знаний, умений и навыков по лечебной физкультуре и спортивной медицине для реализации в профессиональной деятельности врача – мануального терапевта.

Задачи:

- Сформировать умения в освоении новейших технологий и методик в сфере профессиональных интересов врача по специальности «Мануальная терапия»;
- Подготовить врача-ординатора к самостоятельной профессиональной лечебно-диагностической деятельности по специальности «Мануальная терапия».

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Лечебная физкультура» относится к Блоку 1 Дисциплины (модули) вариативной части программы ординатуры, установленной Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 31.08.40 Мануальная терапия

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих профессиональных (ПК) компетенций:

- готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);
- готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-5);
- готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении (ПК-8);

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

- основные вопросы теории и методики физического воспитания, физкультуры и спорта (УК-1);
- анатомо-физиологические особенности организма в возрастном аспекте (ПК-1);
- функциональные методы исследования в лечебной физкультуре (ПК-8);
- методы оценки физического развития и физической работоспособности больного (ПК-1);
- клиническую симптоматику основных заболеваний, при которых используют лечебную физкультуру и массаж (ПК-5);
- показатели функционального и физического состояния организма в норме и при основных заболеваниях (ПК-5);

- формы и средства лечебной физкультуры: гимнастические, игровые, спортивно-прикладные, возможности их использования в зале ЛФК, в бассейне, на спортивных площадках, на маршрутах терренкура и др. (ПК-8);
- способы дозирования физических нагрузок на занятиях лечебной физкультурой (ПК-5);

Уметь:

- провести врачебное обследование и получить информацию о заболевании, оценить тяжесть заболевания больного (ПК-5);
- провести оценку физического состояния больного и толерантности к физической нагрузке, выполнить функциональные пробы по оценке состояния функции системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы (ПК-5);
- выбрать и назначить методы лечебной физкультуры, в т.ч. в сочетании с массажем, при следующих заболеваниях и травмах (ПК-6)(ПК-8):
- при болезнях сердечно-сосудистой системы,
- при болезнях органов дыхания,
- при болезнях органов пищеварения,
- при нарушении обмена веществ,
- при болезнях почек и мочевыводящих путей,
- при хронической лучевой болезни,
- при травмах и болезнях опорно-двигательного аппарата,
- в послеоперационном периоде в хирургии,
- в неврологии при заболеваниях с двигательными или функциональными нарушениями,
- в акушерстве и гинекологии;
- составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений по выше перечисленным нозологическим формам заболеваний (ПК-6);
- провести индивидуальную процедуру лечебной гимнастики с больным, в том числе в послеоперационном периоде (ПК-6);
- провести врачебное наблюдение больных на занятиях лечебной физкультурой (ВПН) (ПК-1);
- оформить и трактовать физиологическую кривую физической нагрузки по данным изменения пульса и артериального давления (ПК-1);
- оценить моторную плотность процедуры лечебной физкультуры, правильность соотношения методических приемов физических упражнений общеразвивающего и специального патогенетического действия (ПК-1);
- на основании данных ВПН внести корректировки в методику лечебной физкультуры, проводимой инструктором лечебной физкультуры (ПК-1);
- оценить данные электрокардиографических исследований при физических нагрузках (ПК-1);
- оценить физиологические реакции на нагрузку функциональной пробы и толерантность больного к физической нагрузке (ПК-1),

Владеть:

- методикой проведения антропометрического обследования с оценкой физического развития по методике стандартов, индексов, корреляции, перцентилей (ПК-2);
- методикой проведения исследования стопы с целью выявления плоскостопия методами: визуальным, плантографически (ПК-5);
- методикой выявления малых аномалий развития и деформаций опорно-двигательного аппарата: мышечных дисбалансов, асимметрий (ПК-5);
- методикой оценки соматического типа спортсмена и его соответствия виду спорта, оценки показателей внешнего дыхания и газообмена (ПК-1);
- методикой оценки динамики показателей лабораторных и биохимических анализов в процессе физических тренировок (ПК-5);

Перечень практических навыков:

- проведение антропометрического обследования с оценкой физического развития по методике стандартов, индексов, корреляции, перцентилей (ПК-2);
- проведение исследования стопы с целью выявления плоскостопия методами: визуальным, плантографически (ПК-5);
- выполнение программы функционально-диагностических, антропометрических и лабораторных исследований, дифференцированных в зависимости от контингента обследуемых и возраста (ПК-5);
- определение показателей общей физической работоспособности методами велоэргометрии, степ-теста, тредмила (ПК-2);
- выявление малых аномалий развития и деформаций опорно-двигательного аппарата: мышечных дисбалансов, ассиметрий (ПК-5);
- проведение дифференциальной диагностики при различных патологических состояниях (ПК-1);
- применение различных методов пропаганды здорового образа жизни среди населения (ПК-1).

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетная единица, 36 академических часа.

Общая трудоемкость		Количество часов				Внеаудиторная самостоятельная работа	Форма контроля
в ЗЕ	в часах	Контактная работа					
		Всего	Лекции	Семинары	Практические занятия		
1	36	24	2	10	12	12	Зачет

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ «ЛФК и спортивная медицина»
Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций

Наименование разделов дисциплины (модулей) и тем	Всего часов на контактную работу	Контактная работа			Внеаудиторная самостоятельная работа	Итого часов	Формируемые компетенции						Образовательные технологии		Формы текущего контроля	
		Лекции	Семинары	Практические занятия					ПК-1		ПК-5	ПК-6	ПК-8	традиционные		интерактивные
1. Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности	6			3	1	8					+			(ЛВ)	(РД)	(Т)
2. Определение и оценка физического развития	6			3	1	8					+			(ЛВ)	(РД)	(Т)
3. Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации	6			2	1	8						+		(ЛВ)	(КрС)	(Т)
4. Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней	6		5		2	8			+		+		+	(Л) (КС) (Р)	(РД) (ВК)	(СЗ) (Т)
5. Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата	6			2	2	8			+		+		+	(КС) (ЛВ)	(МШ) (ВК)	(ПР) (СЗ)
6. Лечебная физкультура в хирургии и нейрохирургии	6	1				8			+		+		+	(КС) (Р) (ЛВ)	(РД) (ВК)	(СЗ)
7. Лечебная физкультура в клинике нервных болезней	6			2	1	8			+		+		+	(КС) (ЛВ)	(РД) (ВК)	(Т) (СЗ)

8. Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии	6	1				8			+		+		+	(Л) (КС) (Р)	(КрС)	(Т)
9. Лечебная физкультура в стоматологии, офтальмологии, оториноларингологии					2	6			+		+		+	(Л) (КС) (Р)	(КрС)	(Р)
10. Лечебная физкультура в педиатрии	6		5		2	8			+		+		+	(ЛВ) (КС)	(РД) (ВК)	(СЗ) (ПР)
ИТОГО:	24	2	10	12	12	36										

Список сокращений: (традиционная лекция (Л), лекция-визуализация (ЛВ), метод малых групп (МГ), регламентированная дискуссия (РД), разбор клинических случаев (КС), круглый стол (КрС), подготовка и защита рефератов (Р), клинические ситуации (КлС), Пр – оценка освоения практических навыков (умений), посещение врачебных конференции, консилиумов (ВК).

III. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Содержание дисциплины

Индекс	Наименование дисциплин (модулей), тем, элементов и т.д.
1	АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
	Физиология физических упражнений
	Физиология развития детей и их двигательная активность
	Биохимия мышечной деятельности
	Динамическая анатомия
2	ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
	Определение физического развития и методы оценки
3	СРЕДСТВА И ФОРМЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ И РЕАБИЛИТАЦИИ
	Метод физической реабилитации и его характерные особенности
	Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре
	Формы физической реабилитации
	Лечебно-оздоровительные формы физкультуры
4.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В КЛИНИКЕ ВНУТРЕННИХ БОЛЕЗНЕЙ
	Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы
	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания
	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения
	Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена
	Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей
5.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ПОВРЕЖДЕНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА
	Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата
	Физическая реабилитация больных с деформацией двигательного аппарата
6.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В ХИРУРГИИ И НЕЙРОХИРУРГИИ
	Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных
	Физическая реабилитация больных в нейрохирургии
7.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В КЛИНИКЕ НЕРВНЫХ БОЛЕЗНЕЙ
	Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы
	Физическая реабилитация больных при заболеваниях и травмах периферической нервной системы
8.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В АКУШЕРСТВЕ И ГИНЕКОЛОГИИ
	Физические упражнения в акушерстве
	Физическая реабилитация больных в гинекологии
9.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В СТОМАТОЛОГИИ, ОФТАЛЬМОЛОГИИ, ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГИИ
	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области
	Лечебная физкультура в офтальмологии
	Лечебная физкультура в оториноларингологии
10.	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В ПЕДИАТРИИ
	Анатомо-физиологические особенности развития детей
	Методика лечебной физкультуры у детей

Индекс	Наименование дисциплин (модулей), тем, элементов и т.д.
	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой
	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей
	Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей

Формы работы ординатора на практических или семинарских занятиях:

- Реферирование отдельных тем по дисциплинам;
- Подготовка тезисов, докладов для семинарских занятий;
- Обзор литературных источников;
- Участие в изготовлении учебных пособий (таблиц, комплексов лечебной гимнастики);
- Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях (заключения по проблемным ситуациям, курация больных и спортсменов);
- Амбулаторный прием больных с заполнением медицинской карты;
- Доклады по результатам индивидуальных заданий, выполняемых во время производственной практики.

3.2. Тематический план лекционного курса

№ Раздела, темы	Тема и ее краткое содержание	Часы
6	Общие вопросы спортивного травматизма. Определение понятия спортивного травматизма. Факторы риска развития травм при занятиях физической культурой и спортом. Причины спортивных травм. Классификация спортивных травм. Принципы диагностики и терапии.	1
8	Лечебная физкультура в акушерстве. Значение лечебной физкультуры при беременности и в послеродовом периоде. Клинико-физиологическое обоснование средства и формы лечебной физкультуры в акушерстве. Методики лечебной физкультуры при неправильном положении плода. Показания к лечебной физкультуре в акушерстве. Противопоказания к лечебной физкультуре в акушерстве.	1
	Итого	2

3.3. Тематический план семинаров.

№ Раздела, темы	Тема и ее краткое содержание	Часы
4.1	Лечебная физкультура при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Лечебная физкультура при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы: при ишемической болезни сердца, гипертонической болезни, гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии; дистрофии миокарда, пороках сердца, болезнях периферических сосудов. Показания к ЛФК у данной группы больных, противопоказания, особенности проведения ЛФК, средства и методы. Примеры комплексов упражнений.	1
4.2	Средства и формы лечебной физкультуры при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	1

	Особенности назначения ЛФК категории пациентов при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, конкретные средства и формы лечебной физкультуры.	
4.3	Основные принципы дозирования нагрузки у кардиологических больных. Двигательные режимы у пациентов с заболеваниями сердечно – сосудистой системы на различных этапах восстановительного лечения-определение ,характеристика данного вида режима, возможности пациента на данном режиме, примеры упражнений. Показания и противопоказания.	1
4.4	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания. Средства и формы, основные методики, принципы применения. Показания к ЛФК у данной группы больных, противопоказания, особенности проведения ЛФК, средства и методы. Примеры комплексов упражнений.	1
4.5	Лечебная физкультура при хронических неспецифических болезнях легких Лечебная физкультура при хронических неспецифических болезнях легких. Лечебная физкультура при туберкулезе легких. Классификация неспецифических заболеваний легких, их особенности. Показания к ЛФК у данной группы больных, противопоказания, особенности проведения ЛФК, средства и методы. Примеры комплексов упражнений.	1
10.1	Врачебный контроль за физическим воспитанием детей. Цели и задачи врачебного контроля. Медицинские группы по физическому воспитанию. Критерии назначения ребенку медицинской группы по ФВ.	2
10.2	Анатомо-физиологические особенности развития детей. Соматоскопия. Антропометрия. Метод индексов. Принципы проведения измерений, основные показатели, методика проведения. Оценка результатов.	2
10.3	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой. Функциональные пробы с дозированной физической нагрузкой и др. в детском возрасте.	1
	Итого	10

3.4. Тематический план практических занятий

№ Раздела, темы	Тема и ее краткое содержание	Часы
1.1	Работа мышц. Физиология нервно-мышечного аппарата. представления о мышечном сокращении, его типах, работе мышц, энергообеспечении. Постуральные и физические мышцы. Постуральная мускулатура: задачи тонических мышц, функции удерживания осанки, фиксации и поддержки движения, натяжения капсул суставов. Физическая мускулатура: задачи физических мышц. Особенности анаэробного обмена. Выигрыш в скорости сокращения за счёт энергетических потерь. Синаптические и медиаторные механизмы истощения.	3
2.1	Признаки физического развития Антропометрические Признаки физического развития. Антропоскопические Признаки физического развития. Физиометрические Признаки физического развития	3

3.1	Формы лечебной физкультуры. Гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, гидрокинезотерапия, ходьба, терренкур. Спортивно-прикладные циклические упражнения. Характеристика упражнений, техника выполнения, место в клинической практике. Основные формы спортивно-прикладных упражнений (велосипед, лыжи и др.).	2
5.1	Лечебная физкультура при компрессионных переломах позвоночника в шейном, грудном и поясничном отделах. Методика лечебной физкультуры при компрессионных переломах позвоночника в шейном, грудном и поясничном отделах. Методика лечебной физкультуры при переломах позвоночника с повреждением спинного мозга	2
7.1	Лечебная физкультура при детских церебральных параличах . Методы лечебной физкультуры при детских церебральных параличах, полиомиелите: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры	2
	Итого	12

3.5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения, технологий развития критического мышления, технологии коллективного способа обучения, рейтинговой технологии, интерактивных занятий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации.

Для подготовки докладов, выполнения индивидуальных заданий ординаторы используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Консультант врача» и «Консультант студента».

При этом используются разнообразные технические устройства и программное обеспечение, информационные и коммуникационные технологии.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: презентационная графика, интерактивные информационные технологии, учебные видеофильмы.

IV. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ (ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ)

4.1. Текущий контроль успеваемости на занятиях проводится в форме устного опроса, собеседования, тестирования, решения ситуационных задач, разбора клинических ситуаций, оценки усвоения практических навыков, написание и защита реферата, доклада.

4.2. Промежуточная аттестация - в форме зачета по модулю дисциплины на последнем занятии, который проводится в два этапа: тестирование и решение ситуационной задачи.

4.3. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочными средствами для текущего контроля успеваемости являются: тестовые задания и ситуационные задачи.

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе.

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Методические указания для самостоятельной работы

В процессе обучения осуществляются следующие виды самостоятельной работы:

Самостоятельная работа по изучению дисциплины во внеаудиторное время:

- подготовка к аудиторным занятиям (проработка учебного материала по конспектам лекций и учебной литературе) с использованием учебных пособий и методических разработок кафедры, а также электронных учебных пособий;

- самостоятельная проработка отдельных тем учебной дисциплины в соответствии с учебным планом. На самостоятельное изучение вынесены следующие темы:

1. Основные этапы развития ЛФК в XX веке. ЛФК в настоящее время.
2. Этапы и программы физической реабилитации.
3. Мотивация пациентов к занятиям физической культурой, возрастные особенности.
4. Ответственность страхователя и страховых медицинских организаций.
5. Роль физкультуры и спорта в профилактике заболеваний и повышении работоспособности населения. Значение оптимального уровня двигательной активности для физического развития и здоровья детей и подростков.
6. Факторы, воздействующие на уровень физического развития: социально-биологические, медико-социальные, организационные, природно-климатические.
7. Методы исследования газообмена при физических нагрузках. Методы прямого и непрямого определения максимального поглощения кислорода при нагрузке. Методика проведения, оценка результатов.
8. Разбор проб характеризующих состояние нервно-мышечной системы: ортостатическая проба, клиностатическая проба, проба Ашнера, проба Ромберга (простая и усложненные), проба Яроцкого, проба Воячека, пробы Миньковского(1 и 2), теппинг – тест.
9. Игры в лечебной физкультуре. Виды игр, технология применения, место в клинической практике. Игровой урок, игры спортивные (элементы).
10. Сочетание формы физической тренировки и психотерапии. Психорегулирующая тренировка.
11. Разработка комплексов упражнений для занятий массовым оздоровительным спортом в различных возрастных группах.
12. Методы лечебной физкультуры в кардиохирургической практике: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры.
13. Тренажеры в физической реабилитации кардиологических больных. Методика проведения лечебной физкультуры больным с заболеваниями сердечно-сосудистой системы на различных этапах восстановительного лечения.
14. Разработка программ реабилитации пульмонологических больных. Лечебная физкультура при муковисцидозе.
15. Методики проведения лечебной физкультуры больным с функциональными нарушениями органов пищеварения: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры.
16. Методики проведения лечебной физкультуры больным с различными инфекционно-воспалительными заболеваниями почек и мочевыводящих путей.
17. Лечебная физкультура в оперативной травматологии. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания.
18. Методы лечебной физкультуры при черепно-мозговой травме: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры.
19. Множественные повреждения опорно-двигательного аппарата.
20. Методы лечебной физкультуры при артритах: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры.

21. Методы лечебной физкультуры при операциях на органах малого таза: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры, при операциях на сосудах, органах малого таза.
 22. Методики проведения лечебной физкультуры пациентам с различными заболеваниями центральной нервной системы. Методы лечебной физкультуры при вестибулярных нарушениях, последствиях черепно-мозговой травмы.
 23. Лечебная физкультура при пограничных нервно-психических расстройствах. Методика лечебной физкультуры при различных формах невротических расстройств (неврозы).
 24. Восстановительное лечение больных, перенесших инсульт.
 25. Методы лечебной физкультуры при воспалительных процессах матки и придатков, при опущении матки и недержании мочи: клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания, методика лечебной физкультуры.
 26. Методики массажа при различных патологических состояниях в гинекологии
 27. Методика занятий при миопии. Комплексы упражнений.
 28. Сочетание движений и закаливания организма.
 29. Лечебная физкультура при гипотиреозе. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры.
 30. Показания и противопоказания, методика лечебной физкультуры при остеохондропатиях.
 31. Методика лечебной гимнастики при поражениях лицевого нерва, клинико-физиологическое обоснование, показания, противопоказания.
 32. Упражнения в разные периоды лечения близорукости и дальнозоркости.
 33. Самомассаж. Приемы самомассажа, последовательность их выполнения. Показания и противопоказания к применению самомассажа.
 34. Показания, противопоказания к лечебному массажу.
 35. Показания и противопоказания к спортивному массажу.
 36. Профилактический массаж. Методика проведения.
 37. Значение понятий «образ жизни» и «здоровый образ жизни».
 - подготовка рефератов и докладов по предложенной тематике, которые заслушиваются на практическом занятии (если тема доклада и занятия совпадают);
 - выполнение НИР по актуальным вопросам теоретической и практической медицины с оформлением результатов в виде печатных работ и выступлений на заседаниях кафедры и научных конференциях.
 - подготовка учебных схем, таблиц, слайдов, учебных видеофильмов;
 - создание тематических учебных наборов инструментальных данных (ЭКГ, ультразвукового исследования, исследования ФВД, кифосколиозографии) и лабораторных исследований;
 - работа в компьютерном классе с обучающей и/или контролирующей программой;
 - работа с учебной и научной литературой;
 - написание учебных историй болезни;
 - работа с тестами и вопросами для самопроверки освоение алгоритма обследования больного в ходе обследования пациента с контролем со стороны преподавателя;
 - интерпретация результатов лабораторных и инструментальных методов исследования;
 - курация больных и написание истории болезни;
 - участие в научно-практических конференциях, семинарах и т.п.
- Контроль самостоятельного изучения тем осуществляется на практических занятиях с использованием тестовых заданий, контрольных вопросов, ситуационных задач, а также в ходе промежуточной аттестации;
- На кафедре для самостоятельной работы в аудиторное и внеаудиторное время созданы и постоянно обновляются методические разработки по всем темам рабочей учебной программы дисциплины.

5.2. Примеры оценочных средств:

Тестовый контроль:

Выберите один правильный ответ

1. Термин «врачебный контроль» включает:

1. метод определения функционального состояния спортсменов
2. метод наблюдения спортсменов на тренировках и соревнованиях
3. систему медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом
4. изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
5. все перечисленное

2. Визуальные критерии небольшой степени утомления после урока физкультуры выражаются всем перечисленным, кроме:

Выберите один правильный ответ

1. покраснения кожи
2. незначительной потливости
3. несколько учащенного дыхания
4. заметной одышки
5. четкого выполнения команд

3. Какие упражнения противопоказаны на раннем этапе восстановительного периода при поясничном остеохондрозе позвоночника?

Выберите один правильный ответ

1. для рук
2. для плечевого пояса
3. для шеи
4. для нижних конечностей с полной амплитудой движения
5. для корпуса с ограниченной амплитудой движения

5.3. Примерная тематика рефератов:

1. Гигиеническое воспитание населения, формирование здорового образа жизни и ответственного отношения к здоровью по отдельным аспектам охраны здоровья.
2. Центр тяжести и центр объема человеческого тела.
3. Закаливание естественными факторами природы.
4. Антропометрия, как метод учета эффективности лечебной физкультуры.
5. Определение физической работоспособности и толерантности к физическим нагрузкам.
6. Электрокардиографические признаки физического перенапряжения.
7. Изменения в крови при физических нагрузках.
8. Изменения в моче при физических нагрузках.
9. Метод восстановления двигательной функции и физической работоспособности.
10. Физические упражнения в воде (гидрокинезотерапия).
11. Режимы движений в стационаре, поликлинике, санатории, реабилитационном центре.
12. Новые формы оздоровительной физкультуры (фитнес).
13. Методика лечебной физкультуры при заболеваниях артерий, вен, лимфостазе.
14. Бальнеофизиотерапия.
15. Массаж при остеохондрозе.
16. Анатомо-физиологические особенности мимических мышц.
17. Методика лечебной гимнастики при аппендэктомии.
18. Методика лечебной гимнастики после резекции желудка.
19. Лечение положением. Профилактика синкинезий. Обучение ходьбе, трудотерапия.
20. Значение трудотерапии при лечении неврозов.

21. Психофизическая тренировка.
22. Методика лечебной физкультуры при полиневритах.
23. Самомассаж лица, глаз.
24. Клинико-физиологическое обоснование применения сегментарного массажа.
25. Тренировочный массаж.

VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

а) основная литература:

1. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина : учебник для медицинских вузов : [гриф] УМО / В. А. Епифанов. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 565 с. – Текст : непосредственный.
То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант студента. – URL: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970405871.html>
То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970405871.html>
2. Васичкин В. И. Большая книга массажа и гимнастики для детей. От рождения до трех лет / В. И. Васичкин, И. Тихомирова. - СПб. [и др.] : Питер, 2010. - 192 с. - (Вы и ваш ребенок). – Текст : непосредственный.
3. Колесников С. В. Комплекс упражнений при коксартрозе : рекомендации для пациентов / С. В. Колесников, Э. С. Колесникова ; ФГБНУ Рос. науч. центр Восстанов. травматология и ортопедия им. акад. Г.А. Илизарова М-ва здравоохранения Рос. Федерации. - Курган : [б. и.], 2012. - 19 с. – Текст : непосредственный.
4. Организация и медицинский контроль физического воспитания и закаливания детей в образовательных учреждениях : учебное пособие для системы послевузовского профессионального образования врачей : [гриф] УМО / Л. А. Жданова [и др.] ; ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. М-ва здравоохранения Рос. Федерации. - Доп. и перераб. изд. - Иваново : [б. и.], 2012. - 178 с. – Текст : непосредственный.
5. Санаторная кардиологическая реабилитация / О. Ф. Мисюра [и др.]. - СПб. : СпецЛит, 2013. - 192 с. – Текст : непосредственный.

б) дополнительная литература:

1. Епифанов В. А. Реабилитация больных, перенесших инсульт : руководство / В. А. Епифанов. - М. : МЕДпресс-информ, 2006. - 251 с. – Текст : непосредственный.
2. Основы ранней реабилитации больных с острым нарушением мозгового кровообращения : учебно-методическое пособие по неврологии для студентов медицинских вузов : [гриф] УМО / Федер. агентство по здравоохранению и соц. развитию, Рос. гос. мед. ун-т ; сост. В. В. Гудкова [и др.] ; под ред. В. И. Скворцовой. - М. : Литтерра, 2006. - 104 с. - (Библиотека невролога). – Текст : непосредственный.
3. Вертеброгенная боль в пояснице. Технология диагностики и лечения : учебное пособие для слушателей системы последипломого образования : [гриф] УМО / Г. И. Назаренко [и др.] ; под ред. Г. И. Назаренко. - М. : Медицина, 2008. - 451 с. : ил. - (Учебная литература для слушателей системы последипломого образования). – Текст : непосредственный.

4. Попелянский Я. Ю. Болезни периферической нервной системы : руководство для врачей / Я. Ю. Попелянский. - М. : МЕДпресс-информ, 2005. - 366 с. – Текст : непосредственный.
5. Подчуфарова Е. В. Боль в спине / Е. В. Подчуфарова, Н. Н. Яхно. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 356с. - (Библиотека врача-специалиста. Неврология). – Текст : непосредственный.
То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант студента. – URL: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970424742.html>
То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970424742.html>
6. Реабилитация детей с минимальной мозговой дисфункцией : информационное письмо для врачей-ортопедов, врачей и инструкторов ЛФК / ГОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. Федер. агентства по здравоохранению и соц. развитию, Каф. физ. культуры, леч. физ. и лечеб. контроля, Каф. пропедевтики дет. болезней, здор. ребенка и поликлинич. педиатрии ; сост.: М. В. Воробушкова, Л. А. Жданова, В. В. Воробушкова. - Иваново : [б. и.], 2005. - 42 с. – Текст : непосредственный.
7. Неврология : национальное руководство с компакт-диском / Ассоц. мед. о-в по качеству, Всерос. о-во неврологов ; [авт. Г. Н. Авакян [и др.] ; гл. ред. Е. И. Гусев [и др.]. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 1035 с. + 1 эл. опт. диск. - (Национальные руководства) (Национальный проект "Здоровье") (Приоритетные национальные проекты. "Здоровье"). – Текст : непосредственный.
То же. – 2012. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970427125.html>
8. Неврология : национальное руководство / Н. Ю. Абрамычева [и др.] ; под ред. Е. И. Гусева, А. Н. Коновалова, А. Б. Гехта ; Всерос. о-во неврологов, Ассоц. мед. о-в по качеству. - Кратк. изд. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 686 с. - (Национальные руководства). – Текст : непосредственный.
То же. – 2018. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970444054.html>
9. Ситель А. Б. Мануальная терапия спондилогенных заболеваний : учебное пособие для системы послевузовского профессионального образования врачей : [гриф] УМО / А. Б. Ситель. - М. : Медицина, 2008. - 408 с. : ил. - (Учебная литература для слушателей системы последиplomного образования). – Текст : непосредственный.
10. Оценка физического развития : методические разработки для самоподготовки иностранных студентов 1 курса / ГОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. Федер. агентства по здравоохранению и соц. развитию, Каф. физ. культуры, леч. физкультуры и лечеб. контроля, Каф. рус. яз. (как иностр.) ; сост. М. В. Воробушкова [и др.] ; рец. В. А. Лобанов. - Иваново : [б. и.], 2005. - 20 с. – Текст : непосредственный.
11. Ортопедия : национальное руководство : учебное пособие для системы послевузовского профессионального образования врачей : [гриф] УМО / Ассоц. мед. о-в по качеству, Рос. ассоц. ортопедов и травматологов ; под ред.: С. П. Миронова, Г. П. Котельникова. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 832 с. + 1 эл. опт. диск (CD-ROM). - (Национальные руководства) (Национальный проект "Здоровье") (Приоритетные национальные проекты "Здоровье"). – Текст : непосредственный.

То же. – 2013. – 2-е изд., перераб. и доп. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970424483.html>

Базы данных, архивы которых доступны с персональной регистрацией

- Научная электронная библиотека, Российский индекс научного цитирования;
- Электронный каталог ИвГМА;
- Электронная библиотека ИвГМА.

Базы данных, архивы которых доступны по подписке ИвГМА

- ЭБС Консультант студента;
- ЭБС Консультант врача;
- Scopus;
- Web of science;
- Elsevier;
- SpringerNature.

Комплект лицензионного программного обеспечения

1. Microsoft Office
2. Microsoft Windows
3. Консультант +

VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Клинические базы кафедры:

ОБУЗ "Региональный центр восстановительной Медицины и реабилитации":

Детская поликлиника медицинской реабилитации (г. Иваново, ул.Постышева д.54\1)

Взрослая поликлиника медицинской реабилитации (г. Иваново, 14-й Проезд, д.12)

Центр лечебной физкультуры и спортивной медицины (г. Иваново, ул. 3-я Сосневская, д. 137)

Клиника ИвГМА. Кохма, ул. Ивановская, д. 21

Лабораторное и инструментальное оборудование:

Ультразвуковые системы

Спирометрические системы

Велоэргометры

Лабораторное оборудование

Кабинеты:

Лекционные залы

Учебные аудитории

Кабинеты профессорско-преподавательского состава

Препараторские

Гардеробы

Мебель:

Учебные столы

Стулья

Шкафы

Тумбочки

Технические средства обучения:

Персональный компьютер

Мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран)

Наборы слайдов

Тестовые задания

Ситуационные задачи

Тренажеры

1. Treadmill (медицинская беговая дорожка). Тренировочная нагрузка регулируется, создавая оптимальные задачи для сердечно-сосудистой системы.
2. Diagnostic Basic cycle (диагностический/базовый велоэргометр) велоэргометр, с помощью которого создается нагрузка за счет циклических поступательных движений; модель для проведения тестов и тренировок сердечно-сосудистой системы с инновационными функциями.
3. Comfort cycle (горизонтальный велоэргометр) с помощью которого создается нагрузка за счет циклических поступательных движений в положении полулежа. Оптимальная модель для крупных или пожилых клиентов, а также лиц страдающих варикозным расширением вен.
4. Upper body cycle (велоэргометр для рук с реверсом) для верхней части тела с помощью которого в положении сидя или стоя можно тренировать верхний плечевой пояс. Показана пациентам после длительной иммобилизации, с сердечно-сосудистыми заболеваниями и расстройствами вестибулярного аппарата.
5. Cross walk – эллиптический тренажер.
6. Stair – степпер, имитирующий подъем по лестнице, с помощью которого создается нагрузка за счет поочередных ступенчатых поступательных движений.
7. Локомат - роботизированная механотерапия для восстановления утраченных или для улучшения имеющихся навыков ходьбы у пациентов с неврологическими нарушениями.
8. Стабилизатор компьютерный с биологической обратной связью "Стабилан-01-2" для выявления и реабилитации двигательно-координационных нарушений.
9. Мотомед viva 2 - многофункциональный тренажер для пассивно-активной тренировки верхних и нижних конечностей. Подходит для восстановительного лечения детей и взрослых с различными двигательными нарушениями.
10. Armeo Spring - реабилитационный комплекс для ранней реабилитации верхних конечностей. Возможно выполнение следующих движений: сгибание / разгибание локтевого сустава, пронация / супинация предплечья, сгибание / разгибание, горизонтальное отведение / приведение, внутренняя / наружная ротация плечевого сустава, сгибание / разгибание суставов кисти.
11. Kinetec Centura реабилитационный тренажер для постоянной пассивной разработки плечевого и локтевого суставов, так же является средством профилактики суставной тугоподвижности, контрактуры мягких тканей, а также мышечной атрофии. Имеется визуальная система биологической обратной связи.
12. Kinetec Breva ankle. позволяет анатомически корректировать движение лодыжки и задней части стопы. Предусмотрены два режима работы: подошвенное сгибание / тыльное сгибание и эверсия / инверсия.
13. Thera-vital тренажер для активно-пассивной реабилитации нижних/верхних конечностей. Действие направлено на снижение дефицита правой/левой сторон, тренировку ослабленных мышц, снижение спазмов, улучшение кровообращения в конечностях, улучшение работы кишечника и мочевого пузыря, улучшение общего физического состояния.
14. Thera -fit plus (малогабаритный)- переносная модель для установки на пол/на стол для активно-пассивной реабилитации нижних/верхних конечностей с беспроводным инфракрасным пультом дистанционного управления, широкими эргономичными педалями для ног. ручкой для переноски.
15. Kinetec Spectra Knee для пассивной разработки коленного и тазобедренного суставов, обеспечивает оптимальный объем движений в тазобедренном суставе: сгибание/разгибание, приведение/отведение.
16. Kinetec Maestra для пассивной разработки лучезапястного сустава, суставов пальцев и кисти. Возможно одновременное движение трех фаланг пальца с физиологической спиралью сгиба, а так же сгибание пальца в кулак.

17. Balance-trainer – тренажер для проведения вертикализации пациента, равновесия и координации. Позволяет проводить специфичную тренировку для мышц туловища и нижних конечностей, отрабатывать фазу опоры и переноса ходьбы.
18. Стол для механотерапии верхних конечностей с ножной педалью для разработки мелкой моторики.
19. RT 200 Thera-live – моторизированная лечебная система для пассивной и активной терапии электростимуляцией мышечной ткани, позволяющая выбрать до 10 групп мышц и скомбинировать их в зависимости от рекомендаций специалиста и потребностей пациента
20. RT 300 Thera-live - моторизированная лечебная система для пассивной и активной терапии электростимуляцией мышечной ткани. Увеличивает объем движений, снимает спастичность, минимизирует атрофию мышц, улучшает циркуляцию крови.
21. MCU (Multi-Cervikal Unit) мультицервикальный комплекс для тестирования двигательных функций в ШОП.
22. Тractionный стол Анатамор аппарат для дозированного вытяжения, вибрационного массажа и механического локального воздействия на мышечно-связочный аппарат и костно-суставные элементы позвоночника.
23. Кардиотренажер JEK CROSS беговая дорожка.
24. Велотренажер Bremshey Cardio. Проведение кардиотренировок
25. Тренажер эллиптический Kettler Vito XS. Проведение кардиотренировок
26. Тренажер гребной Kettler Favorit. Позволяет одновременно проработать мышцы спины и пресса, бедер и плечевого пояса. Подходит для силовых и кардиотренировок.
27. Вибротренажер Topfit 300.
28. Кардиотренажер SB VARIO степпер малогабаритный. Укрепляет и разрабатывает мышцы ног, так же подходит для кардиотренировки.
29. Кардиотренажер SB SWEET степпер. Укрепляет и разрабатывает мышцы ног, так же подходит для кардиотренировки.
30. Тренажер SB SWING райдер. Обеспечивает комплексную тренировку основных групп мышц, способствует увеличению гибкости суставов без излишнего напряжения на них, активному сжиганию подкожного жира.
31. Primus – реабилитационная система. Универсальный комплекс для функциональной оценки, диагностики и реабилитации опорно-двигательного аппарата, позволяет проводить тренировки во всех двигательных плоскостях. Режимы сопротивления: пассивный (СРМ), изотонический, изометрический, изокинетический, расширенные возможности для тренировок: плиометрия, ритмическая стабилизация, нейромускульное восстановление, эксцентрики. Включает 29 специальных адаптеров, вращающихся на 360° для имитации упражнений под любым углом. Комплекс включает в себя следующие платформы: имитация подъема тяжестей; тяговое устройство; верхние и нижние конечности; имитация различных профессиональных действий.