ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Цель освоения дисциплины

Приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Лечебная физическая культура» относится к вариативной части блока дисциплин.
Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Гимнастика с методикой преподавания», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Основы медицинских знаний», «Плавание с методикой преподавания», «Спортивное ориентирование с методикой преподавания», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», «Физиология физкультурно-спортивной деятельности», «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Анатомия», прохождения практик «Учебная (ознакомительная) практика», «Учебная (по закреплению профессионально-прикладных умений и навыков) практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:
– способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
– способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать
– теоретико-методологические основы лечебной физической культуры;
– этиологию и патогенез заболеваний и повреждений костно-мышечной системы, средства и методы ЛФК при заболеваниях и повреждениях костно-мышечной системы;
– этиологию и патогенез заболеваний висцеральных систем, средства и методы ЛФК для каждой нозологической группы;

уметь
– составлять комплекс ЛФК с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
– □ составлять комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом воз-раста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
– составлять программу лечения, реабилитации и профилактики заболеваний для различных нозологических групп;

владеть
– методами организации научно-исследовательской работы по ЛФК;
– методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК;
– методиками проведения ЛФК заболеваниях в каждой нозологической группе;

– методиками проведения лечебных, реабилитационных, оздоровительных мероприятий при различных заболеваниях висцеральных систем и повреждениях костно-мышечной системы.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 3,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 108 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 20 ч., СРС – 79 ч.),
распределение по семестрам – 6 курс, лето, 6 курс, зима,
форма и место отчётности – экзамен (6 курс, лето).

5. Краткое содержание дисциплины

Общие основы лечебной физической культуры.
Понятие о ЛФК, его задачи и значение. Средства и формы проведения ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного и ребиалитационного действия физических упражнений. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности. Показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений.

Лечебная физической культурой при заболеваниях и повреждениях костно-мышечной системы.
Клиническая характеристика травматических поражений костно-мышечной системы. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений. Частные методики ЛФК при заболеваниях и повреждениях костно-мышечной системы.

Лечебная физической культурой при заболеваниях висцеральных систем.
Клиническая характеристика заболеваний висцеральных систем: сердечно-сосудистая, дыхательная, пищеварительная, эндокринная, расстройство питания. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений. Частные методики ЛФК при заболеваниях висцеральных систем систем: сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, эндокринной.

Практическая подготовка.
Рабработать и провести комплекс физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения (по выбору студента)

6. Разработчик

Даянова Марина Александровна, канд. биол. наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ВГСПУ».