



Министерство здравоохранения Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

Северо-Западный государственный медицинский университет имени И.И. Мечникова"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|--------------------------------------|---|
| <i>Специальность (код, название)</i> | 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина |
| <i>Форма обучения</i> | очная |

| | |
|---|------------------------------|
| <i>Блок</i> | 1 |
| <i>Часть</i> | Базовая |
| <i>Наименование дисциплины</i> | Лечебная физическая культура |
| <i>Объем дисциплины (в зач. единицах)</i> | 14 |
| <i>Продолжительность дисциплины (в акад. часах)</i> | 504 |

Санкт-Петербург
2019

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура» по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (далее РПД) разработана на основании требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от от 25 августа 2014 г. N 1081, на основании Профессионального стандарта «Специалист по медицинской реабилитации», утвержденного приказом Министерства труда Российской Федерации от «3» сентября 2018. г. № 572, в соответствии с учебным планом, утвержденным ректором от «29» марта 2019 г.

Составители программы:

Гаврилова Е.А. - д.м.н. профессор, заведующий кафедрой ЛФК и спортивной медицины.
Чурганов О.А. - д.п.н., профессор кафедры ЛФК и спортивной медицины.

Рецензент:

Дидур М.Д. - д.м.н., профессор, главный специалист по специальности Лечебная физкультура и спортивная медицина Комитета по здравоохранению Санкт-Петербурга, заведующий кафедрой физических методов лечения и спортивной медицины Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. акад. И.П. Павлова.

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура»
обсуждена на заседании кафедры лечебной физкультуры и спортивной медицины

«28» января 2019 г. Протокол №1

Руководитель ОПОП ВО по специальности

Заведующий кафедрой, проф. _____ /Гаврилова Е.А./
(подпись)

Одобрено методическим советом терапевтического факультета
«21» марта 2019 г. Пр. №2

Председатель _____ /Разнатовский К.И./
(подпись)

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель: подготовка квалифицированного врача-специалиста по лечебной физкультуре, обладающего системой универсальных и профессиональных компетенций, способного и готового выполнять свои квалификационные обязанности по лечебной физической культуре.

Задачи:

1. Знать перечень работ и услуг для диагностики заболевания, оценки состояния больного и клинической ситуации в соответствии со стандартами медицинской помощи.
2. Уметь обосновывать план и тактику лечения и реабилитации больных в соответствии с существующими стандартами оказания медицинской помощи населению Российской Федерации.
3. Уметь организовывать и проводить медицинскую реабилитацию.
4. Владеть основными принципами организации лечебной физической культуры в медицинских организациях и их структурных подразделениях.
5. Научить организации и управлению деятельностью отделений реабилитации и лечебной физкультуры.
6. Научить ведению учетно-отчетной документации в медицинской организации и ее структурных подразделениях;
7. Научить создавать в медицинских организациях и их структурных подразделениях благоприятные условия для пребывания пациентов и трудовой деятельности медицинского персонала с учетом требований техники безопасности и охраны труда;
8. Владеть основными требованиями информационной безопасности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Лечебная физическая культура» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина.

Для изучения данной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки:

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные образовательными программами по специальностям 31.05.01 Лечебное дело и 31.05.02 Педиатрия, а также опыт практической деятельности в здравоохранении.

Спортивная медицина

Знания:

- принципы организации программ профилактики и диспансеризации населения; нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность врача по спортивной медицине; методику комплексного врачебного обследования физкультурников и спортсменов
- организацию медицинского обследования физкультурников и спортсменов
- методику исследования здоровья взрослого и детского населения с целью его сохранения, укрепления и восстановления;
- методику сбора, статистической обработки и анализа информации о здоровье взрослого населения, детей и подростков; механизм действия средств физкультуры на течение патологического процесса;
- противопоказания к занятиям физкультурой и спортом; клиническую картину, диагностику и лечение физического перенапряжения (перетренировки) организма спортсменов; алгоритм лечения неинфекционных заболеваний и спортивных травм;

Умения:

- провести комплексное врачебное обследование всех лиц, занимающихся физкультурой и спортом с последующим их анализом; провести оценку функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервно-мышечной системы; провести

врачебно-педагогические наблюдения за лицами, занимающимися физкультурой и спортом; провести клиническое обследование спортсмена по органам и системам;

Навыки:

- методик антропометрических измерений; методикой определения показаний для сложных инструментальных методов диагностики; определением физической работоспособности с помощью велоэргометрии; ведением медицинской документации;

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

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

| № п/п | Код компетенции | Содержание компетенции | В результате изучения дисциплины обучающиеся должны: | | | |
|-------|-----------------|---|---|---|--|---|
| | | | Знать | Уметь | Иметь навык | Оценочные средства |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1. | УК-1 | готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу | методы анализа и синтеза статистической информации; методики сбора, статистической обработки и анализа информации о здоровье взрослого населения, детей и подростков; механизмы абстрактного мышления | анализировать социально-значимые проблемы и процессы, использовать на практике методы гуманитарных, естественнонаучных, медико-биологических и клинических наук в различных видах своей профессиональной деятельности; организовать самостоятельно умственный труд и работу с информацией | методиками сбора, статистической обработки и анализа информации о здоровье взрослого населения, детей и подростков; методиками самоконтроля, абстрактного мышления, аналитического мышления | реферат |
| 2. | ПК-1 | готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включение в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) | принципы диспансерного наблюдения за пациентами при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с нормативными правовыми актами и иными документами; медицинские показания и медицинские противопоказания к применению | проводить санитарно-просветительную работу по формированию здорового образа жизни, профилактике заболеваний и инвалидности; проводить санитарно-просветительную работу по формированию здорового образа жизни, профилактике | пропаганды здорового образа жизни, профилактики заболеваний и (или) состояний; назначение профилактических мероприятий пациентам с учетом факторов риска в соответствии с действующими порядками | собеседование по ситуационным задачам, реферат, контрольные вопросы |

| | | | | | | |
|----|------|--|--|--|--|---|
| | | 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 | методов профилактики заболеваний и (или) состояний в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи; принципы и особенности оздоровительных мероприятий среди пациентов с хроническими заболеваниями и (или) состояниями; формы и методы санитарно-просветительной работы по формированию элементов здорового образа жизни; основы здорового образа жизни, методы его формирования Принципы и особенности профилактики возникновения и прогрессирования заболеваний и (или) состояний; | заболеваний и инвалидности; | оказания медицинской помощи; формирования программ здорового образа жизни; | |
| 3. | ПК-6 | готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи | средства и методы лечебной физкультуры, применяемые для пациентов с различными заболеваниями или состояниями; патогенез и саногенез заболеваний, при которых применяется лечебная | разрабатывать план применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе при реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалидов; проводить мероприятия по лечебной | разработки плана применения лечебной физкультуры с заболеваниями и состояниями в зависимости от этапа медицинской реабилитации в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации; | собеседование по ситуационным задачам, тестирование, реферат, контрольные вопросы |

| | | | | | | |
|----|-------|--|---|--|--|---|
| | | | <p>физкультура; механизм воздействия лечебной физкультуры на организм человека при заболеваниях и (или) состояниях на различных этапах оказания помощи; принципы назначения, механизмы действия, медицинские показания и противопоказания к назначению средств лечебной физкультуры</p> | <p>физкультуре при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе при реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалидов; применять медицинские изделия и спортивный инвентарь для проведения занятий по лечебной физкультуре; оценивать эффективность и безопасность мероприятий по лечебной физкультуре</p> | <p>назначение средств и методов лечебной физкультуры в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации;</p> | |
| 4. | ПК-8 | <p>готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственных, немедикаментозной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации</p> | <p>природные лечебные факторы, средства немедикаментозной терапии; средства, формы, методы физической реабилитации</p> | <p>Использовать в комплексной реабилитационной программе сочетание природных лечебных факторов, лекарственной и немедикаментозной терапии</p> | <p>методов комплексной медицинской реабилитации.</p> | <p>тестирование, контрольные вопросы реферат</p> |
| 5. | ПК-10 | <p>готовность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их</p> | <p>структуру амбулаторно-поликлинических и стационарных медицинских организаций; организацию ЛФК в учреждениях здравоохранения, образования и спортивных</p> | <p>анализировать результаты деятельности отделения ЛФК; организовать деятельность отделения ЛФК в соответствии с действующим законодательством</p> | <p>методик проведения экспертизы качества медицинской помощи на уровне медицинской организации, структурного подразделения</p> | <p>реферат собеседование по ситуационным задачам, контрольные вопросы</p> |

| | | | | | | |
|----|-------|---|---|---|--|---------------------------------------|
| | | структурных подразделениях | организациях; принципы организации здравоохранения и проблемы общественного здоровья | | | |
| 6. | ПК-11 | готовностью к участию в оценке качества оказания медицинской помощи с использованием основных медико-статистических показателей | правила оформления медицинской документации в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь по профилю "лечебная физкультура", в том числе в форме электронного документа; Правила работы в медицинских информационных системах и информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"; Должностные обязанности медицинских работников в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь по профилю "лечебная физкультура"; | составлять план работы и отчет о своей работе; заполнять медицинскую документацию, в том числе в форме электронного документа; проводить анализ медико-статистических показателей заболеваемости, инвалидности для оценки здоровья прикрепленного населения; использовать медицинские информационные системы и информационно-телекоммуникационную сеть "Интернет" | составления плана работы и отчета о своей работе; ведение медицинской документации, в том числе в форме электронного документа; использования медицинских информационных систем и информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" | собеседование по ситуационным задачам |

4. Разделы дисциплины и компетенции, которые формируются при их изучении:

| № п/п | Код компетенции | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела |
|-------|--------------------------------|---------------------------------------|---|
| 1. | УК-1, ПК-1, ПК-6, ПК-10, ПК-11 | Организация лечебной физкультуры. | Нормативные правовые акты, регулирующие деятельность врача по лечебной физической культуре. Медицинская этика и деонтология. Санитарно-просветительская работа. |
| 2. | ПК-6, ПК-8 | Средства и формы лечебной физкультуры | Метод физической реабилитации и его характерные особенности. Систематизация |

| | | | |
|----|--|--|---|
| | | и реабилитации | физических упражнений в лечебной физкультуре. |
| 3. | ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-11 | ЛФК в клинике внутренних болезней | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях легочной системы. ЛФК при заболеваниях желудка, печени, кишечника. ЛФК при заболеваниях обмена веществ. |
| 4. | ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-11 | Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата | ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Лечебная физкультура при нарушениях осанки и деформации позвоночника. |
| 5. | ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-11 | ЛФК в клинике нервных болезней | Лечебная физкультура при нарушениях мозгового кровообращения. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. |
| 6. | ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-11 | Лечебная физкультура в хирургии | ЛФК при хирургическом лечении больных. |
| 7. | ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-11 | ЛФК в акушерстве и гинекологии | Методика физических упражнений в акушерстве и гинекологии. |
| 8. | УК-1, ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-10, ПК-11 | ЛФК в педиатрии | Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях. Анатомо-физиологические особенности развития детей. Особенности методики ЛФК у детей. Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой. Лечебная физкультура у детей раннего возраста. Лечебная физкультура при соматических заболеваниях у детей. |
| 9. | ПК-8 | Массаж медицинский | Общая методика и техника классического массажа. Лечебный массаж. Сочетание метода ЛФК и медицинского массажа. |

5. Объем дисциплины и виды учебной работы.

| Вид учебной работы | Трудоемкость | Семестры | |
|--|--------------|------------|------------|
| | | 3 | 4 |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем | 210 | 86 | 124 |
| Аудиторная работа: | 202 | 86 | 116 |
| Лекции (Л) | 20 | 8 | 12 |
| Практические занятия (ПЗ) | 182 | 78 | 104 |
| Самостоятельная работа (СР) | 294 | 130 | 164 |
| Промежуточная аттестация: экзамен, в том числе сдача и групповые консультации | 8 | | 8 |
| Общая трудоемкость: академических часов | 504 | | |
| зачетных единиц | 14 | | |

6. Содержание дисциплины

6.1. Разделы дисциплины и виды занятий

| № | Наименование раздела дисциплины | Л | ПЗ | СРС | Всего часов |
|----|--|-----------|------------|------------|-------------|
| 1 | Организация лечебной физкультуры. | 2 | | 12 | 14 |
| 2 | Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации | | 8 | 36 | 44 |
| 3 | ЛФК в клинике внутренних болезней | 4 | 32 | 48 | 84 |
| 4 | Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата | 4 | 32 | 48 | 84 |
| 5 | ЛФК в клинике нервных болезней | 4 | 32 | 48 | 84 |
| 6 | Лечебная физкультура в хирургии | 2 | 16 | 16 | 34 |
| 7 | ЛФК в акушерстве и гинекологии | 2 | 14 | 16 | 32 |
| 8 | ЛФК в педиатрии | 2 | 24 | 36 | 62 |
| 9 | Массаж медицинский | | 24 | 34 | 58 |
| 10 | Итого: | 20 | 182 | 294 | 496 |

6.2. Тематический план лекций

| № темы | Тема и ее краткое содержание | Часы | Наглядные пособия |
|--------|---|------|--|
| 1. | Организация лечебной физкультуры. История развития и содержание лечебной физкультуры. ЛФК как метод лечения. ЛФК в системе медицинской реабилитации. Значение физической реабилитации в восстановлении здоровья и работоспособности больного. Этапы и программы физической реабилитации. Медицинская этика и деонтология врача ЛФК. Применение требований этики и деонтологии в практике врача ЛФК, инструктора ЛФК, массажиста | 2 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 2. | ЛФК в клинике внутренних болезней . ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях легочной системы. ЛФК при заболеваниях обмена веществ. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК . Факторы риска. Показания, противопоказания. Лечебное действие физических упражнений. Методика лечебной физкультуры. Составление комплексов физических упражнений. | 4 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 3. | Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при травмах ОДА. Лечебная физкультура при остеохондрозе. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методики лечебной физкультуры при остеохондрозе. | 4 | Мультимедийная презентация. Методический материал |

| | | | |
|----|---|----|--|
| 4. | ЛФК в клинике нервных болезней. Лечебная физкультура при нарушениях мозгового кровообращения.. Основные клинические данные о нарушениях мозгового кровообращения и повреждениях спинного мозга в зависимости от уровня локализации. Задачи и особенности методики ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления и характеристика активных движений, борьба с синкинезиями (непроизвольными добавочными движениями), восстановление навыков ходьбы, бытовых и трудовых навыков и т.д. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Основные клинические данные о заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Составление и проведение комплексов ЛФК. Оценка эффективности ЛФК | 4 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 5. | Лечебная физкультура в хирургии. ЛФК при хирургическом лечении больных. Показания и противопоказания. Значение лечебной физкультуры в предоперационном и послеоперационном периодах. | 2 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 6. | ЛФК в акушерстве и гинекологии . Методика физических упражнений в акушерстве и гинекологии. Физические упражнения при беременности. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методики физических упражнений при беременности. Физические упражнения в послеродовом периоде. Составление комплексов ЛФК для беременных. Методика и особенности ЛФК в гинекологии. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов ЛФК и плана занятий лечебной гимнастикой. Оценка эффективности ЛФК | 2 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 7. | ЛФК в педиатрии. Лечебная физкультура у детей раннего возраста. Лечебная физкультура при рахите, гипотрофии. Врожденная косолапость Корригирующая гимнастика. Специальные упражнения при врожденной косолапости. Врожденная мышечная кривошея. Лечебная физкультура при перинатальной энцефалопатии. Лечебная физкультура при соматических заболеваниях у детей. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов физических упражнений, план занятий лечебной гимнастикой. | 2 | Мультимедийная презентация. Методический материал |
| 8. | Итого | 20 | |

6.3. Тематический план практических занятий

| № темы | Тема и ее краткое содержание | Часы | Формы работы обучающихся на занятии |
|--------|------------------------------|------|-------------------------------------|
|--------|------------------------------|------|-------------------------------------|

| | | | |
|-----|--|-----------|--|
| 1 | Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации. | 16 | |
| 1.1 | Метод физической реабилитации и его характерные особенности Метод активной терапии. Метод функциональной терапии. Метод патогенетической терапии. Метод восстановления двигательной функции и физической работоспособности. Показания и противопоказания. | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. |
| 1.2 | Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку. Характеристика физических упражнений по степени активности. Характеристика физических упражнений по видовому признаку. Характеристика физических упражнений по принципу использования снарядов и предметов. Спортивно-прикладные циклические упражнения. Игры. | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях |
| 2. | ЛФК в клинике внутренних болезней | 30 | |
| 2.1 | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация больных при ишемической болезни сердца Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК при ИБС. Факторы риска. Показания, противопоказания. Лечебное действие физических упражнений. Методика лечебной физкультуры. Этапная реабилитация больных при остром инфаркте миокарда. Методика проведения ЛФК при остром инфаркте миокарда. ЛФК при стенокардии. Особенности ЛФК при недостаточности кровообращения. Физическая реабилитация больных с гипертонической болезнью. Клинико-физиологическое обоснование. Факторы риска. Показания, противопоказания. Методика лечебной физкультуры. Этапная реабилитация больных гипертонической болезнью. | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение ситуационных задач |
| 2.2 | ЛФК при заболеваниях легочной системы. ЛФК при заболевании пневмонией. Клинико-физиологическое обоснование применение ЛФК. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Задачи, средства лечебной физической культуры, характеристика специальных упражнений в различные периоды заболевания. Составление комплексов физических упражнений. Оценка эффективности лечебной гимнастики у больных с пневмонией. ЛФК при бронхиальной астме (БА). Показания и противопоказания. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи, средства лечебной физической культуры, характеристика специальных упражнений в различные периоды заболеваний. Особенности методики ЛФК при БА. Составление комплексов физических упражнений. Специальные дыхательные гимнастики. Оценка эффективности ЛФК при БА | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение ситуационных задач |
| 2.3 | ЛФК при заболеваниях желудка, печени, кишечника. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Механизмы лечебного действия. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Особенности методики лечебной физической культуры при патологии ЖКТ, печени и желчевыводящих путей. Составление комплексов физических упражнений и плана занятий. | 4 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК |
| 2.4 | ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Лечебная физкультура при нефритах, пиелонефритах, почечнокаменной болезни. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и | 4 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических |

| | | | |
|-----------|--|-----------|--|
| | противопоказания. Методика лечебной физкультуры. Лечебная физкультура при недержании мочи, простатитах. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры. | | занятиях. Составление комплекса ЛФК |
| 2.5 | ЛФК при заболеваниях обмена веществ. Методика проведения ЛФК при ожирении. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов физических упражнений, план занятий лечебной гимнастикой при ожирении. Оценка эффективности ЛФК. Методика проведения ЛФК у больных с сахарным диабетом. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Особенности методики лечебной физической культуры. Составление комплексов физических упражнений, план занятий лечебной гимнастикой у больных с сахарным диабетом. Оценка эффективности ЛФК. | 6 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК |
| 3. | Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата | 30 | |
| 3.1 | ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей, при переломах костей. Механотерапия. Особенности проведения ЛФК при травмах у детей. Разработка комплекса физических упражнений. Оценка эффективности ЛФК | 14 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение ситуационных задач |
| 3.2 | ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Лечебная физкультура при остеохондрозе. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методики лечебной физкультуры при остеохондрозе. Физические упражнения в воде и вытяжение. ЛФК при артритах и артрозах. Клинико - физиологическое обоснование. Показания, противопоказания. Методика лечебной физкультуры. Механотерапия, физические упражнения в воде, трудотерапия. Оценка эффективности ЛФК. | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение ситуационных задач |
| 3.3 | Лечебная физкультура при нарушениях осанки и деформации позвоночника. Методика ЛФК при нарушениях осанки у детей и механизмы лечебного действия физических упражнений. Организация занятий ЛФК Профилактика нарушений осанки. Сколиотическая болезнь. Особенности методики ЛФК. Понятие о плоскостопии. Методика ЛФК при плоскостопии, ее особенности. Составление комплекса лечебной гимнастики. Оценка эффективности ЛФК. | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение ситуационных задач |
| 4. | ЛФК в клинике нервных болезней | 30 | |
| 4.1 | Лечебная физкультура при нарушениях мозгового кровообращения. Основные клинические данные о нарушениях мозгового кровообращения и повреждениях спинного мозга в зависимости от уровня локализации. Задачи и особенности методики ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления и характеристика активных движений, борьба с синкинезиями (непроизвольными добавочными движениями), | 14 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК Решение |

| | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| | восстановление навыков ходьбы, бытовых и трудовых навыков и т.д. Составление и проведение комплексов ЛФК. Оценка эффективности ЛФК | | ситуационных задач |
| 4.2 | Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Основные клинические данные о заболеваниях и травмах периферической нервной системы. ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Механизмы лечебного действия физических упражнений и особенности методики занятий. Составление и проведение комплексов ЛФК. Оценка эффективности ЛФК | 16 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК |
| 5 | Лечебная физкультура в хирургии | 14 | |
| 5.1 | ЛФК при хирургическом лечении больных. Показания и противопоказания. Значение лечебной физкультуры в предоперационном и послеоперационном периодах. Лечебная физкультура при операциях на органах брюшной полости. Методика лечебной гимнастики при аппендэктомии, после удаления грыж различной локализации, резекциях желудка, кишечника, холецистэктомии и др. лечебная физкультура при операциях на органах грудной полости. Методика лечебной гимнастики при операциях на сердце. Методика лечебной гимнастики при операции на легких Лечебная физкультура при операциях на грудной железе. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры. Лечебная физкультура при пластических операциях. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры. Показания и противопоказания. Значение лечебной физкультуры в предоперационном и послеоперационном периодах. | 14 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях Составление комплекса ЛФК |
| 6 | ЛФК в акушерстве и гинекологии | 14 | |
| 6.1 | Методика физических упражнений в акушерстве и гинекологии. Физические упражнения при беременности. Клинико-физиологическое обоснование. Показания и противопоказания. Методики физических упражнений при беременности. Физические упражнения в послеродовом периоде. Составление комплексов ЛФК для беременных. Методика и особенности ЛФК в гинекологии. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов ЛФК и плана занятий лечебной гимнастикой. Оценка эффективности ЛФК | 14 | Интерактивная, Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление комплекса ЛФК |
| 7. | ЛФК в педиатрии | 24 | |
| 7.1 | Особенности методики ЛФК у детей. Выбор средств лечебной физкультуры с учетом возрастного развития. Значение подвижных игр. Сочетание движений и закаливание организма | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Решение ситуационных задач. Составление комплекса ЛФК |
| 7.2 | Лечебная физкультура у детей раннего возраста. Лечебная физкультура при рахите, гипотрофии. Врожденная косолапость Корригирующая гимнастика. Специальные упражнения при врожденной косолапости. Врожденная | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. |

| | | | |
|-----------|---|-----------|---|
| | мышечная кривошея. Лечебная физкультура при перинатальной энцефалопатии. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов физических упражнений, план занятий лечебной гимнастикой. | | |
| 7.3 | Лечебная физкультура при соматических заболеваниях у детей. Особенности проведения ЛФК при заболеваниях внутренних органов у детей. Методика проведения ЛФК Механизмы лечебного действия физических упражнений. Задачи, средства ЛФК на различных этапах реабилитации. Составление комплексов физических упражнений, план занятий лечебной гимнастикой. Оценка эффективности ЛФК | 8 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Составление методики ЛФК |
| 8. | Массаж медицинский | 24 | |
| 8.1 | Общая методика и техника классического массажа. Показания и противопоказания для проведения массажа. Влияние массажа на организм. Характеристика основных приемов массажа. Основные правила проведения массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация. Организационно-гигиенические условия для проведения массажа. Помещения для массажа, оборудование. Гигиена массажиста. Нормы нагрузки массажиста | 12 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях |
| 8.2 | Лечебный массаж Массаж при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. Массаж при заболеваниях центральной и периферической нервной системы. Массаж при заболеваниях органов дыхания. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Массаж при болезнях органов пищеварения. Массаж в гинекологии и урологии. Рефлекторно-сегментарный массаж. Клинико-физиологическое обоснование применение сегментарного массажа. Методика массажа сегментарных зон. Значение последовательности приемов. Показания и противопоказания. Методика применения. | 12 | Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях. Самостоятельное выполнение массажа. |
| | Итого | 182 | |

7. Организация текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся:

| № п/п | № семестра | Формы контроля | Наименование раздела дисциплины | Оценочные средства | | | |
|-------|------------|--|--|---------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|-------------------------|
| | | | | Виды | Кол-во контрольных вопросов | Кол-во ситуационных задач | Кол-во тестовых заданий |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | 7 |
| 1. | 3 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | Организация лечебной физкультуры. | Контрольные вопросы, Тестовые задания | 5 | | 5 |
| 2. | 3 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации | Контрольные вопросы, Тестовые задания | 5 | | 10 |
| 3. | 3 | Контроль | ЛФК в клинике | Контрольные | 8 | 5 | 25 |

| | | | | | | | |
|-----|---|---|---|--|----|----|----|
| | | освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | внутренних болезней | вопросы, Тестовые задания Решение ситуационных задач | | | |
| 4. | 3 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | ЛФК при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата | Контрольные вопросы, Тестовые задания Решение ситуационных задач | 8 | 5 | 20 |
| 5. | 4 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | ЛФК в клинике нервных болезней | Контрольные вопросы, Тестовые задания Решение ситуационных задач | 6 | 5 | 15 |
| 6. | 4 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | ЛФК в хирургии | Контрольные вопросы, Тестовые задания | 3 | | 5 |
| 7. | 4 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | ЛФК в акушерстве и гинекологии | Контрольные вопросы, Тестовые задания | 2 | | 5 |
| 8. | 4 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | ЛФК в педиатрии | Контрольные вопросы, тестовые задания Решение ситуационных задач | 5 | 5 | 10 |
| 9. | 4 | Контроль освоения раздела. Контроль самостоятельной работы | Массаж медицинский | Контрольные вопросы, тестовые задания | 3 | | 5 |
| 10. | 4 | экзамен | | Контрольные вопросы Решение ситуационных задач | 45 | 20 | |

7.1. Примеры оценочных средств:

1. Контрольные вопросы

1. Основные принципы использования средств физической культуры в профилактике и лечении заболеваний, а также в комплексной медицинской и социальной реабилитации больных.
2. Здоровый образ жизни. Методы работы с населением по пропаганде здорового образа жизни. Роль физкультуры в профилактике и лечении заболеваний и травм.

3. Использование естественных факторов природы с целью профилактики заболеваний, травм, оздоровления и закаливания организма.
4. Место лечебной физкультуры в этапной медицинской реабилитации (стационар, поликлиника, восстановительный центр, санаторий, группа здоровья).
5. Вопросы организации лечебной физкультуры в стационаре, поликлинике и других ЛПУ.

2. Тестовые задания

Инструкция: выбрать один правильный ответ.

1. Что является единицей нормирования работы по ЛФК

| Поле для выбора ответа | Варианты ответов | Поле для отметки правильного ответа (+) |
|------------------------|------------------------------------|---|
| а | Процедура лечебной гимнастики | + |
| б | Процедурная единица | |
| в | Время теста с физической нагрузкой | |
| г | Количество пациентов | |

2. Какие методы определения эффективности занятий ЛФК применяют

| Поле для выбора ответа | Варианты ответов | Поле для отметки правильного ответа (+) |
|------------------------|---|---|
| а | Изменение частоты пульса | |
| б | Антропометрия | |
| в | Тесты со стандартной физической нагрузкой | + |
| г | Ортоstaticкая проба | |

3. Каковы средства ЛФК

| Поле для выбора ответа | Варианты ответов | Поле для отметки правильного ответа (+) |
|------------------------|---------------------------|---|
| а | Физические упражнения | + |
| б | Подвижные игры | |
| в | Закаливающие процедуры | |
| г | Занятия на велотренажерах | |

3. Ситуационные задачи.

1. Больной, 12 лет. Диагноз: сколиотическая болезнь 2 степени. Предъявляет жалобы на быструю утомляемость, боли в спине, усиливающиеся при ходьбе и длительном сидении.
 1. Перечислите основные задачи ЛГ при консервативном лечении.
 2. Назовите формы и средства ЛФК.

8. Самостоятельная работа

| Вид работы | Часы | Контроль выполнения работы |
|---|------|--|
| Подготовка к занятиям | 92 | контрольные вопросы, тестовые задания, ситуационные задачи |
| Реферат, доклад по обзору литературных источников | 74 | реферат |
| Работа с учебной и научной литературой. | 92 | контрольные вопросы, реферат |
| Подготовка ко всем видам контрольных испытаний | 36 | контрольные вопросы, тестовые задания, ситуационные задачи |
| Итого | 294 | |

8.1. Примерная тематика рефератов

1. Роль ЛФК в реабилитации больных с патологией сердечно-сосудистой системы.
2. Роль ЛФК в реабилитации легочных заболеваний
3. Возможности современных технических средств реабилитации инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата
4. Роль ЛФК в реабилитации больных ОНМК .
5. Задачи и принципы медицинской реабилитации у детей и подростков с нарушениями осанки.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Епифанов В.А., Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] / Епифанов В.А. и др. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 568 с. - ISBN 978-5-9704-3084-2 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970430842.html>
2. .Епифанов В.А., Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 528 с. - ISBN 978-5-9704-2645-6 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970426456.html>
3. Лечебная физическая культура : учебник / ред. С. Н. Попов. - 7-е изд. - М. : Изд. центр "Академия", 2009. - 416 с.

б) дополнительная литература:

1. Физическая реабилитация в комплексном лечении больных с дорсопатиями : монография / С.М. Стариков, Б.А. Поляев, Д.Д. Болотов ; МЗ и соц. развития РФ, ГОУ ДПО Российская МАПО. - 2-е изд., перераб. и доп. - Б.м. : Красная звезда, 2012. - 154 с.
2. Медицинская реабилитация пациентов, перенёвших операции на центральной нервной системе : монография / Ю. А. Щербук, В. И. Захаров, А. Ю Щербук ; М-во здравоохранения Рос. Федерации, ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И. И. Мечникова Минздрава России Издательство: СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И.И.Мечникова, 2014.-237с.
3. Восстановительное лечение детей раннего возраста при родовых повреждениях : учебное пособие [Электронный ресурс moodle]/ / Б. И. Хероудинов. – СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2016. – 48 с.
4. Хероудинов Б.И. Восстановительное лечение при нестабильности шейного отдела позвоночника : учебно-методическое пособие[Электронный ресурс moodle]/ / Б.И. Хероудинов. – СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2014. – 20 с.
5. Лечебная физкультура при дорсопатиях поясничного отдела позвоночника : учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс moodle]// Д. Н. Бобунов. – СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2017. – 52 с.
6. Лечебная физкультура при остром нарушении мозгового кровообращения и последствиях травм центральной нервной системы : учебное пособие [Электронный ресурс moodle] / А. А. Яковлев, В. И. Захаров. – СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2015. – 264 с.

в) программное обеспечение:

| № п/п | Наименование программного продукта | Срок действия лицензии | Документы, подтверждающие право использования программных продуктов |
|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------|---|
| лицензионное программное обеспечение | | | |
| 1. | ESET NOD 32 | 1 год | Государственный контракт |

| | | | |
|---|---|---------------|--|
| | | | № 71/2018 |
| 2. | MS Windows 8 MS Windows 8.1 MS Windows 10 MS Windows Server 2012 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2012 R2 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2016 Datacenter Core | Неограниченно | Государственный контракт № 30/2013-О; Государственный контракт № 399/2013-ОА; Государственный контракт № 07/2017-ЭА. |
| 3. | MS Office 2010 MS Office 2013 | Неограниченно | Государственный контракт № 30/2013-ОА; Государственный контракт № 399/2013-ОА. |
| 4. | Academic LabVIEW Premium Suite (1 User) | Неограниченно | Государственный контракт № 02/2015 |
| лицензионное программное обеспечение отечественного производства | | | |
| 1. | Антиплагиат | 1 год | Государственный контракт № 91/2019-ПЗ |
| свободно распространяемое программное обеспечение | | | |
| 1. | Google Chrome | Неограниченно | Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense |
| 2. | NVDA | Неограниченно | Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense |
| свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства | | | |
| 1. | Moodle | Неограниченно | Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense |

г) базы данных, информационно-справочные системы

| № п/п | Наименование программного продукта | Срок действия лицензии | Документы, подтверждающие право использования программных продуктов | Режим доступа для обучающихся – инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья |
|-------|---|------------------------|---|--|
| 1. | Консультант Плюс | 1 год | Договор № 161/2018-ЭА | - |
| 2. | ЭБС «Консультант студента» | 1 год | Контракт № 252/2018-ЭА | http://www.studmedlib.ru/ |
| 3. | ЭМБ «Консультант врача» | 1 год | Контракт № 253/2018-ЭА | http://www.rosmedlib.ru/ |
| 4. | ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru» | 1 год | Контракт № 48/2018 | https://ibooks.ru |
| 5. | ЭБС «IPRBooks» | 1 год | Контракт № 49/2018-ЗК | http://www.iprbookshop.ru/special |
| 6. | Электронно-библиотечная система «Букап» | 1 год | Контракт № 51/2018 | https://www.books-up.ru/ |
| 7. | ЭБС «Издательство Лань» | 1 год | Контракт № 50/2018-ЭА | https://e.lanbook.com/ |

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории: Санкт-Петербург, Пискаревский пр., 47, лит И, пав. 12, 1 этаж, Комната (№1 по ПИБ); Комната (№2 по ПИБ);

Санкт-Петербург, Пискаревский пр.д.47, Лит.Д (пав.8/1.)

Кабинеты: Компьютерный класс, Учебная комната, зал ЛФК, массажный класс

Мебель: Столы-парты, стулья. Доски аудиторные. Массажные столы. Инвентарь для зала лечебной физической культуры: мячи, гимнастические палки, обручи, гантели, шведская стенка, фитболы, медицинболы, гимнастические скамейки, гимнастические коврики.

Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечения доступа к электронной информационно-образовательной среде Университета, мультимедиа, аудио- и видеотехника.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит АЕ (корп.32), ауд. № 1, лит Р (корп.9), ауд. №№ 18,19, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

11. Методические рекомендации для обучающегося по освоению дисциплины «Лечебная физическая культура»

Для эффективного изучения разделов по дисциплине необходимо самостоятельно изучить учебно-методические материалы, в рамках текущего контроля, пройти тестирование по всем предложенным темам, активно участвовать в обсуждении вопросов на практических занятиях, решить предлагаемые ситуационные задачи, при необходимости – получить консультативную помощь преподавателя. Для работы с рефератом следует самостоятельно подобрать необходимую литературу в библиотеке университета или других источниках, проанализировать материал, выделить ключевые понятия и подготовить реферат в соответствии с требованиями. Изучение дисциплины проходит в форме лекций, практических занятий, и самостоятельной работы, в ходе которой они прорабатывают лекционный материал и учебную литературу. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины включает перечень основной и дополнительной литературы, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы. В ходе обучения обучающиеся должны овладеть системой знаний, практических умений и навыков, необходимых для выполнения профессиональных обязанностей врача по спортивной медицине.