

Аннотация к Рабочей программе по дисциплине

«Основы лечебной физкультуры»

Рабочая программа по дисциплине «Основы лечебной физкультуры» на основании ФГОСЗ++ ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)», утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации, приказ от 19 сентября 2017 г. № 942. Рабочая программа составлена в соответствии с Основной профессиональной программой высшего образования (программа академического бакалавриата) и Учебным планом подготовки бакалавров, заочная форма обучения.

Дисциплина «Основы лечебной физкультуры» относится к дисциплинам профиля «Физическая реабилитация» подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Преподается на 4 курсе в 8 семестре.

Общая трудоемкость дисциплины – 360 акад. часов / 10 зачетные единицы.

Контактная работа со студентами (аудиторные занятия) - 38 часов.

Самостоятельная работа студентов - 319 часов.

Вид промежуточной аттестации – экзамен 3 час.

Цель дисциплины:

Цель - ознакомить обучающихся с основами лечебной физической культуры, средствами, формами, методами и методиками лечебной физкультуры при заболеваниях и повреждениях, особенностями проведения занятий ЛФК с различными возрастными и гендерными группами.

Задачи учебной дисциплины:

- изучить особенности проведения индивидуальных и групповых занятий лечебной гимнастикой с учетом психофизических особенностей занимающихся;
- изучить методики ЛФК при заболеваниях в детском и подростковом возрасте;
- изучить методики ЛФК при заболеваниях в пожилом и старческом возрасте;
- изучить особенности проведения занятия по лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-8);
- способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) (ОПК-10);
- способен организовывать и проводить групповые и индивидуальные занятия по физической реабилитации с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающихся ПКО – 1.

- способен проводить занятия по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта ПК – 1.

Содержание дисциплины.

Основные понятия и термины ЛФК. Кинезотерапия. Методы ЛФК. Формы проведения ЛФК. Дидактические принципы организации занятия ЛФК. Физиологическая кривая физической нагрузки. Понятие «плотность урока». Организация занятия ЛФК. Средства ЛФК. Классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК. Механизмы действия физических упражнений. Схема занятия ЛФК. Способы дозирования физической нагрузки в ЛФК. ЛФК при терапевтических заболеваниях. Основные виды физических упражнений, применяемых в кардиологии, пульмонологии, эндокринологии. Планирование занятия ЛФК с терапевтическими больными в стационаре и в амбулаторных условиях. ЛФК в неврологии. Виды физических упражнений, применяемых при повреждениях и заболеваниях центральной нервной системы, периферической нервной системы. ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах позвоночника и конечностей. ЛФК в ортопедии. Физические упражнения, применяемые для лечения и профилактики дегенеративно – дистрофических заболеваний позвоночника. Понятия «остеохондроз» и «дорсалгия». Роль физических упражнений в лечении и в профилактике заболеваний суставов. Применение ортезов в неврологии, травматологии и хирургии. ЛФК в хирургии. Особенности методики ЛФК в раннем послеоперационном периоде. Расширение двигательного режима в послеоперационном периоде, обучение навыкам активных перемещений. ЛФК при беременности. Роль физических упражнений в организации двигательной нагрузки беременных.