|  |  |
| --- | --- |
|  | УтверждАЮРуководитель секции теориии практики физической культуры…………………….. Н.И.Филимонова«23» февраля 2024 г. |

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»

для студентов 3 курса дневной формы получения образования

специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)

(весенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. ЛФК — метод неспецифической, функциональной, патогенетической терапии.
2. Классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК, и их характеристика.
3. Формы лечебной физической культуры.
4. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
5. Дозировка физической нагрузки в ЛФК.
6. Двигательные режимы. Задачи, средства, дозировка нагрузки на каждом из двигательных режимов.
7. Методы применяемые в оценке эффективности ЛФК.
8. Тестирование функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной систем.
9. Применение контрольно-педагогических тестов в ЛФК.
10. ЛФК при травмах верхних и нижних конечностей.
11. ЛФК при травмах позвоночника и костей таза.
12. Особенности применения ЛФК при травмах у спортсменов.
13. ЛФК при дефектах осанки.
14. ЛФК при сколиотической болезни.
15. ЛФК при плоскостопии.
16. ЛФК при заболеваниях суставов.
17. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
18. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы.
19. Методика ЛФК при ишемической болезни сердца.
20. Методика занятий ЛФК при артериальной гипертензии.
21. Особенности методики ЛФК при пневмонии и бронхиальной астме.
22. ЛФК при хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
23. ЛФК при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.
24. ЛФК при ожирении.
25. ЛФК при сахарном диабете.
26. ЛФК при подагре.
27. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
28. Особенности методики занятий физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
29. Понятие о массаже. Механизм физиологического влияния массажа на организм.
30. Формы массажа. Классификация массажа.
31. Методика проведения сеансов общего и частного массажа.
32. Особенности выполнения приема поглаживание на различных участках тела.
33. Особенности техники выполнения приема растирание на различных участках тела.
34. Особенности выполнения приема разминание на различных участках тела и на отдельных мышцах.
35. Особенности выполнения разновидностей приемов на различных областях тела.
36. Особенности техники выполнения сотрясающих и ударных приемов на различных областях тела.
37. Основные технические требования к выполнению приема выжимание.
38. Основные принципы использования средств физической культуры в профилактике и лечении заболеваний.
39. Комплексная оценка данных антропометрии, соматоскопии и состояния здоровья с составлением заключения по физическому развитию и по коррекции выявленных нарушений.
40. Вопросы организации лечебной физкультуры в стационаре, поликлинике, санатории и на курорте.
41. Самоконтроль. Задачи и содержание. Ведение дневника самоконтроля. Использование в самоконтроле простейших количественных показателей (ЧСС, ЧД, ЖЕЛ, массы тела). Анализ данных дневника.
42. Принципы построения занятий по лечебной гимнастике. Методические приемы дозирования в процедуре лечебной гимнастики. Оперативные и интегративные методы контроля.
43. Обоснование и формулировка задач ЛФК. Оценка эффективности занятий ЛФК. Сочетание ЛФК с другими методами лечения.
44. Роль и место средств ЛФК в терапии больных ожирением. Принципы формирования индивидуального реабилитационного комплекса для больных ожирением и методы контроля эффективности его использования.
45. Применение средств ЛФК при хронической почечной недостаточности. Методы контроля эффективности проводимых занятий.
46. Особенности методики ЛГ при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ревматоидный артрит, деформирующий артроз). Механотерапия и микрокомпьютерные тренажеры в ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
47. Травмы нервной системы. Сотрясения, ушибы головного мозга. Повреждения периферических нервов. Повреждения спинного мозга.
48. Основные принципы использования физической культуры и спорта в занятиях с детьми. Особенности врачебного контроля за детьми.
49. Отклонения и нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата. Дефекты осанки, сколиозы. Плоскостопие.
50. Травмы опорно-двигательного аппарата. Повреждение связочно-сумочного аппарата суставов. Ушибы, растяжения, разрывы мышц, сухожилий и фасций. Первая помощь и профилактика.

(*Форма проведения аттестации — письменная)*

Рассмотрены на заседании секции ТиПФК:

протокол № 17 от 23.02.2024

Составитель:

Старший преподаватель секции ТиПФК Д.В.Рудая