

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гурьянова Евгения Аркадьевна  
Должность: ректор  
Дата подписания: 27.03.2024 11:05:12  
Уникальный программный ключ:  
f28824c28afe83836dbe41230315c3e77dac41fc

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт усовершенствования врачей»**

**УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ГАУ ДПО «Институт  
усовершенствования врачей»  
Минздрава Чувашии**



*[Handwritten signature]*  
Гурьянова Е.А.  
« 03 » 2024 г.

**Подготовка кадров высшей  
квалификации в ординатуре**

**Специальность:**

**31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ  
МЕДИЦИНА»**

Чебоксары, 2024

Основопологающим документом при составлении рабочей программы дисциплины (модуля) являются федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации), утвержденный Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25.08.2014 №1081 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – подготовка кадров высшей квалификации по программам ординатуры по специальности 31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

СОСТАВИТЕЛИ:

Гурьянова Е.А., профессор кафедры хирургии

ОБСУЖДЕНО

на заседании кафедры хирургии протокол № 8 от «9» 02 2024г.

ОДОБРЕНО на заседании Учебно-методического совета  
Протокол № 1 от «05» 03 2024г.

## Оглавление

- I. Цель и задачи освоения дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
  - 1.1. Формируемые компетенции
  - 1.2. Требования к результатам освоения дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
  - 1.3. Карта компетенций дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
- II. Содержание дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина» по разделам
  - Учебно-тематический план дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
- III. Оценочные средства для контроля качества подготовки по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
  - 4.1. Формы контроля и критерии оценивания
  - 4.2. Примерные задания
    - 4.2.1. Примерные задания для текущего контроля
    - 4.2.2. Примерные задания для промежуточного контроля
    - 4.2.3. Виды и задания по самостоятельной работе ординатора (примеры)
- IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»
- V. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

## **I. Цель и задачи освоения дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»**

**Цель дисциплины:** формирование у обучающихся по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» системы универсальных и профессиональных компетенций, необходимых для самостоятельной работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине при создании комплексных реабилитационных программ для пациентов с различной патологией и оказания медицинской помощи при подготовке спортсменов.

### **Задачи дисциплины:**

1. Изучение методологических основ лечебной физкультуры.
2. Формирование умений и навыков работы в составе реабилитационной бригады.
3. Использование современных подходов к организации медицинской реабилитации.
4. Совершенствование знаний в области лечебной физкультуры путем самостоятельной работы и самообразования.
5. Подготовка врачей в свете современных тенденций развития специальности.
6. Формирование у специалиста стремления к постоянному самосовершенствованию и профессиональному росту.

### **1.1. Формируемые компетенции**

В результате освоения программы дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина» у выпускника должны быть сформированы универсальные и профессиональные компетенции:

#### **Универсальные компетенции:**

- готовностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (УК-1);
- готовностью к участию в педагогической деятельности по программам среднего и высшего медицинского образования или среднего и высшего фармацевтического образования, а также по дополнительным профессиональным программам для лиц, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения (УК-3);

#### **Профессиональные компетенции:**

##### **профилактическая деятельность:**

- 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 проведению профилактических медицинских осмотров, врачебному контролю, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения лиц, занимающихся спортом (ПК-2);

**диагностическая деятельность:**

– готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (МК-5);

**лечебная деятельность:**

– готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (МК-6);

**реабилитационная деятельность:**

– готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (МК-8);

**психолого-педагогическая деятельность:**

– готовность к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих (МК-9);

**организационно-управленческая деятельность:**

– готовность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях (МК-10);

– готовность к участию в оценке качества оказания медицинской помощи с использованием основных медико-статистических показателей (МК-11);

– готовность к организации медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе медицинской эвакуации (МК-12).

## **1.2. Требования к результатам освоения дисциплины**

Формирование универсальных и профессиональных компетенций у обучающегося (ординатора) по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина в рамках освоения дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина» предполагает овладение системой теоретических знаний по выбранной специальности и формирование соответствующих умений, навыков и владений.

**Врач по лечебной физкультуре и спортивной медицине должен знать:**

– общие вопросы организации врачебно-физкультурной службы в Российской Федерации;

– организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине в условиях лечебно-профилактических учреждений;

– организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине, профессиональные обязанности, нормативные документы по специальности;

– организацию работы врачебно-физкультурных диспансеров, кабинетов ЛФК и врачебного контроля поликлиники и спортивных сооружений;

– формы и методы санитарно-просветительной работы;

– методику физического воспитания в дошкольных учреждениях, в школе, в средних и высших учебных заведениях;

– основы спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки;

- анатомо-физиологические, возрастные и половые особенности здорового и больного человека в связи с занятиями ЛФК, физической культурой и спортом;
- закономерности функционирования отдельных органов и систем, их регуляции и саморегуляции в норме, при занятиях физической культурой и спортом;
- физиологию физических упражнений, биохимию мышечной деятельности, динамическую анатомию, биомеханику движений;
- показатели физического развития и методы его оценки; методы оценки физической работоспособности (толерантности к физической нагрузке);
- причины возникновения спортивных травм, предпатологических и патологических состояний в организме спортсменов, механизм их развития и клинические проявления;
- клинические проявления, методы диагностики, осложнения, принципы лечения и профилактики заболеваний и травм, при которых используют лечебную физкультуру;
- клинико-лабораторные симптомы и синдромы заболеваний спортсменов, тактику ведения больных спортсменов;
- содержание и объем врачебных обследований (первичного, повторного, дополнительного и др.), занимающихся физической культурой и спортом с целью допуска к занятиям, тренировкам и соревнованиям;
- содержание и объем врачебных исследований при диспансеризации спортсменов во врачебно-физкультурном диспансере;
- сроки освобождения от занятий физической культурой и спортом после перенесения острых заболеваний и повреждения опорно-двигательного аппарата;
- формы и методы профилактической работы среди спортсменов и населения;
- клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечения физического перенапряжения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, функции печени и почек;
- клинические проявления и методы диагностики заболеваний, повреждений и дефектов организма (в том числе врожденных), препятствующих отбору в профессиональный спорт;
- функциональные методы исследования в спортивной медицине и лечебной физкультуре (системы кровообращения, дыхательной системы, нервно-мышечной);
- методы биохимического и иммунологического контроля в спорте;
- программу медицинского обследования Методические основы лечебной физкультуры; дозирование физической нагрузки;
- средства и формы лечебной физкультуры;
- показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры;
- показания и противопоказания к назначению лечебного массажа;
- аппаратуру и оборудование кабинетов лечебной физкультуры и спортивной медицины, возможности их применения и использования, технику безопасности при работе с медицинскими аппаратами, приборами и тренажерами;
- гигиену физических упражнений и спортивных сооружений; санитарно-гигиенические нормы для залов групповых и индивидуальных занятий лечебной гимнастикой, кабинета механотерапии, тренажеров, бассейна лечебного плавания и гимнастики в воде, спортплощадок, маршрутов пешеходных и лыжных прогулок,

терренкура и др. Спортсооружений (устройства, размеры, освещение, вентиляция, температура воздуха и воды);

– классификацию гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений в лечебной физкультуре;

– современная классификация, этиология и патогенез заболеваний внутренних органов у спортсменов, занимающихся различными видами спорта;

– показания к распределению на медицинские группы учащихся для занятий физическим воспитанием;

– показания к распределению на медицинские группы для занятий физической культурой лиц среднего и пожилого возраста;

– абсолютные медицинские противопоказания к занятиям физической культурой и спортом для лиц различного пола и возраста;

– содержание и объем врачебно-педагогических наблюдений с целью управления тренировочным процессом спортсменов, а также при проведении процедур ЛФК;

– основы рационального питания и витаминизация спортсменов различных специальностей;

– фармакологическое воздействие на организм медицинских препаратов: запрещенные лекарственные препараты в спорте (допинги), фармакологические средства восстановления спортсменов и их классификация;

– методику проведения физиотерапевтических процедур и массажа с учетом индивидуальных реакций на них; принципы действия лечебно-диагностической аппаратуры;

– методы статистической обработки показателей физического развития лиц занимающимися физической культурой и спортом;

– принципы оказания первичной врачебной медико-санитарной помощи пострадавшим в очагах поражения при чрезвычайных ситуациях;

– принципы оказания необходимой срочной помощи при травмах и неотложных состояниях организма (искусственное дыхание, массаж сердца, остановка наружного и внутреннего кровотечения, иммобилизация, наложение повязки на рану, промывание желудка, инъекции).

### **Врач по лечебной физкультуре и спортивной медицине должен уметь:**

– ориентироваться в действующих нормативно-правовых актах по вопросам организации медико-санитарного обеспечения населения при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, применять их в конкретных практических ситуациях;

– оформить необходимую документацию по учету работы и отчетности, проанализировать ее;

– осуществлять врачебные консультации пациентам, населению и спортсменам по использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья;

– организовывать оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи пострадавшим в очагах поражения при чрезвычайных ситуациях;

– оказать необходимую срочную помощь при травмах и неотложных состояниях организма (искусственное дыхание, массаж сердца, остановка наружного и внутреннего

кровотечения, иммобилизация, наложение повязки на рану, промывание желудка, инъекции);

- получить информацию о заболевании;
- получить от пациента (больного, лица, занимающегося физкультурой, спортсмена) информацию о степени его физической подготовленности, собрать общий и спортивный анамнез;
- определить необходимость специальных методов исследования (лабораторных, нейровизуализационных, функциональных, медико-генетических), организовать их выполнение и уметь интерпретировать их результаты;
- провести оценку физического состояния организма, выполнить функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы;
- определить физическую работоспособность методами тестирования;
- дать заключение о здоровье и функциональном состоянии организма, определить толерантность к физической нагрузке, допуск к занятиям физкультурой и спортом и их адекватность состоянию здоровья;
- обосновать дозировку физических нагрузок, выбрать формы, средства и методы для общего оздоровления и повышения спортивной работоспособности лиц, занимающихся физкультурой и спортом: оценить состояние здоровья с указанием группы здоровья (основная, подготовительная, специальная);
- организовать по показаниям дополнительные исследования и оценить показатели здоровья и функциональных систем организма спортсменов с учетом специфики видов спорта;
- оформить назначения лечебной физкультуры в соответствии с утвержденной формой картой больного (ф. 42-у) и с указанием методики физических упражнений, дозировки общей и специальной нагрузки;
- анализировать эффективность лечебной физкультуры и массажа, вести необходимую учетную и отчетную документацию и представлять отчет о работе в установленном порядке;
- осваивать и внедрять в практику новые современные методики лечебной и оздоровительной физкультуры;
- определять методику и дозировку занятий на тренажерах, в лечебном бассейне, маршрутов пешеходных прогулок и терренкура и др. Спортивно-прикладных упражнений и спортивных игр для здоровых и больных;
- объективно оценивать эффективность воздействия на человека оздоровительного спорта;
- организовать и осуществлять медицинское обеспечение лиц (первичное, углубленное, текущее, этапное), занимающихся различными видами спорта и физической культуры в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований;
- осуществлять врачебно-педагогические наблюдения на занятиях лечебной физкультурой, учебно-тренировочных занятиях массовой физкультурой и спортом и оценивать адекватность физической нагрузки объективными методами исследования;
- осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, питанием спортсменов);



- проводить диспансеризацию спортсменов;
- осуществлять профилактику, диагностику, лечение болезней и травм у спортсменов;
- осуществлять восстановительные мероприятия спортсменам после физических нагрузок и медицинскую реабилитацию после травм и заболеваний.

**Врач по лечебной физкультуре и спортивной медицине должен владеть:**

- методами консультативной и санитарно-просветительской работы по профилактике заболеваний и травм, методами формирования здорового образа жизни;
- методами клинической и функциональной диагностики; методиками проведения функциональных проб и их оценки;
- правильно обследовать больного (оценить физическое развитие, объем движений, мышечный тонус, функциональное состояние, собрать и оценить анамнез двигательных навыков) с целью последующего назначения средств лечебной физкультуры;
- владеть оценкой мануального мышечного тестирования;
- интерпретировать адекватность физических нагрузок при проведении врачебно-педагогических наблюдений;
- проводить функциональные пробы РWC-170, Мартинэ – Кушелевского, Летунова, пробы с задержкой дыхания, пробы с изменением положения тела, мало-нагрузочные функциональные пробы и другие, владеть методикой определения физической работоспособности спортсмена;
- грамотно интерпретировать показатели ЭКГ;
- оценить переносимость физической нагрузки пациентом;
- определить физическую работоспособность;
- оформить заключение при обследовании физкультурника и спортсмена на основании морфо-функционального статуса и соматических заболеваний;
- применить методику и гимнастику у здорового ребенка (пациента) одного года жизни по месяцам, обучить этой методике родителей и средний персонал;
- владеть и применять на практике восстановительного лечения следующие методики: войта, баланс, PNF, методика для восстановления глотания и речи;
- использовать методику дренажного массажа и дренажную гимнастику;
- основными средствами и методами лечебной физкультуры и спортивной медицины;
- дать рекомендации здоровым больным по практическому использованию рационального двигательного режима различных форм и средств физической культуры, видов спорта, проводить пропаганду здорового образа жизни среди населения;
- дозировать и сочетать воздействия средств лечебной физкультуры в зависимости от стадии заболевания, распространенности процесса, возраста больного и сопутствующих заболеваний;
- правильно оценивать переносимость воздействий средств лечебной физкультуры;
- грамотно интерпретировать адекватность назначений средств лечебной физкультуры;
- дать конкретные рекомендации здоровым и больным по использованию средств физической культуры на этапах – стационар – поликлиника – санаторий;

- показания и противопоказания к применению физических факторов с лечебно-реабилитационными и профилактическими целями;
- назначать процедуры лечебного массажа;
- самостоятельно проводить занятия лечебной физкультурой;
- правильно проводить врачебно-педагогические наблюдения за учебно-тренировочными занятиями;
- оказывать специализированную медицинскую помощь при проведении спортивных мероприятий (соревнований);
- проводить санитарно-гигиенический надзор за местами и условиями занятий физкультурой и спортом, давать грамотную оценку санитарно-гигиеническому состоянию спортивного сооружения (с заполнением специального акта обследования);
- владеть навыками анализа причин спортивного травматизма и уметь проводить его профилактику;
- владеть методом статистической обработки показателей физического развития лиц занимающимися физической культурой и спортом;
- навыками руководства средним и младшим персоналом;
- владеть методами учета эффективности занятий лечебной гимнастикой и уметь применять их на практике;
- составить план и отчет по отделению (кабинету) лечебной физкультуры.

### **1.3 Карта компетенций дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»**

№ п/п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее часть)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	УК-1	Готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (УК-1)	Общие основы медицинской реабилитации, профессиональные источники информации в т.ч. базы данных	Пользоваться профессиональными источниками информации, анализировать полученную информацию (от диагноза к симптомам и от симптома(ов) к диагнозу)	Технологией сравнительного анализа, дифференциально-диагностического поиска на основе данных обследования и использования профессиональных источников информации
2.	УК-3	Готовность к участию в педагогической деятельности по программам среднего и высшего медицинского образования или среднего и высшего фармацевтического образования, а также по дополнительным профессиональным	Общие вопросы лечебной физкультуры и спортивной медицины, основные направления в медицинской реабилитации. Общие закономерности развития человека, морфо-функциональные показатели с учетом их интерпретации при	Пользоваться учебной и научной литературой, нормативно-правовыми документами и интернет-ресурсами в целях самообразования и постоянного повышения	Навыками представления материала (доклада, сообщения, клинического случая, разбора) в аудитории Навыками ведения дискуссии на профессиональные темы

		<p>программам для лиц, имеющих среднее профессиональное или высшее образование в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения (УК-3)</p>	<p>проведении реабилитационного процесса. Учебную и научную литературу, нормативно-правовые документы, интернет ресурсы, необходимые в педагогической деятельности</p>	<p>квалификации, а также при подготовке к публичному представлению материала</p>	
3	ПК-1	<p>Готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование</p>	<p>Формы и методы санитарно-просветительной работы; Методику физического воспитания в дошкольных учреждениях, в школе, в средних и высших</p>	<p>Осуществлять врачебно-педагогические наблюдения на занятиях лечебной физкультурой, учебно-</p>	<p>методами консультативной и санитарно-просветительской работы по профилактике заболеваний и травм,</p>
		<p>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)</p>	<p>учебных заведениях; Основы спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки; Анатомо-физиологические, возрастные и половые особенности здорового и больного человека в связи с занятиями ЛФК, физической культурой и спортом; Закономерности функционирования отдельных органов и систем, их регуляции и саморегуляции в норме, при занятиях физической культурой и спортом; Физиологию физических упражнений, биохимию мышечной деятельности, динамическую анатомию, биомеханику движений;</p>	<p>тренировочных занятиях массовой физкультурой и спортом и оценивать адекватность физической нагрузки объективными методами исследования; Осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, питанием спортсменов);</p>	<p>методами формирования здорового образа жизни;</p>
4	ПК-2	<p>Готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, врачебному контролю, диспансеризации и осуществлению диспансерного</p>	<p>Содержание и объем врачебных обследований (первичного, повторного, дополнительного и др.), занимающихся физической культурой и спортом с целью</p>	<p>Проводить диспансеризацию спортсменов; Осуществлять профилактику, диагностику, лечение болезней и травм у</p>	<p>Методами клинической и функциональной диагностики; методиками проведения функциональных</p>

		наблюдения лиц, занимающихся спортом (ПК-2)	допуска к занятиям, тренировкам и соревнованиям; Содержание и объем врачебных исследований при диспансеризации спортсменов во врачебно-физкультурном диспансере; Сроки освобождения от занятий физической культурой и спортом после перенесения острых заболеваний и повреждения опорно-двигательного аппарата; Формы и методы профилактической работы среди спортсменов и населения; Клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечения физического перенапряжения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, функции печени и почек;	спортсменов;	проб и их оценки. Правильно обследовать больного (оценить физическое развитие, объем движений, мышечный тонус, функциональное состояние, собрать и оценить анамнез двигательных навыков) с целью последующего назначения средств лечебной физкультуры.
6	ПК-5	<p>Готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-10) (ПК-5)</p>	<p>Показатели физического развития и методы его оценки; методы оценки физической работоспособности (толерантности к физической нагрузке); Причины возникновения спортивных травм, предпатологических и патологических состояний в организме спортсменов, механизм их развития и клинические проявления; Клинические проявления, методы диагностики, осложнения, принципы лечения и профилактики заболеваний и травм, при которых используют</p>	<p>Получить информацию о заболевании; Получить от пациента (больного, лица, занимающегося физкультурой, спортсмена) информацию о степени его физической подготовленности, собрать общий и спортивный анамнез; Определить необходимость специальных методов исследования (лабораторных, нейровизуализацион</p>	<p>Методами клинической и функциональной диагностики; методиками проведения функциональных проб и их оценки. Правильно обследовать больного (оценить физическое развитие, объем движений, мышечный тонус, функциональное состояние, собрать и оценить анамнез двигательных навыков) с целью последующего</p>

			<p>лечебную физкультуру; Клинико-лабораторные симптомы и синдромы заболеваний спортсменов, тактику ведения больных спортсменов; Клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечения физического перенапряжения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, функции печени и почек; Клинические проявления и методы диагностики заболеваний, повреждений и дефектов организма (в том числе врожденных), препятствующих отбору в профессиональный спорт; Программу медицинского обследования Методические основы лечебной физкультуры; дозирование физической нагрузки;</p>	<p>ных, функциональных, медико-генетических), организовать их выполнение и уметь интерпретировать их результаты; Провести оценку физического состояния организма, выполнить функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервной мышечной системы; Определить физическую работоспособность методами тестирования; Дать заключение о здоровье и функциональном состоянии организма, определить толерантность к физической нагрузке, допуск к занятиям физкультурой и спортом и их адекватность состоянию здоровья;</p>	<p>назначения средств лечебной физкультуры. Владеть оценкой мануального мышечного тестирования. Интерпретировать адекватность физических нагрузок при проведении врачебно-педагогических наблюдений. Проводить функциональные пробы PWC-170, Мартинэ – Кушелевского, Летунова, пробы с задержкой дыхания, пробы с изменением положения тела, мало-нагрузочные функциональные пробы и другие, владеть методикой определения физической работоспособности спортсмена. Грамотно интерпретировать показатели ЭКГ. Оформить заключение при обследовании физкультурника и спортсмена на основании морфо-функционального статуса и соматических заболеваний.</p>
7	ПК-6	<p>Готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6)</p>	<p>Средства и формы лечебной физкультуры; Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры; Показания и противопоказания к назначению лечебного массажа; Аппаратуру и</p>	<p>Определять методику и дозировку занятий на тренажерах, в лечебном бассейне, маршрутов пешеходных прогулок и терренкура и др. Спортивно-прикладных упражнений и</p>	<p>Применить методику и гимнастику у здорового ребенка (пациента) одного года жизни по месяцам, обучить этой методике родителей и средний персонал. Владеть и применять на практике</p>

		<p>оборудование кабинетов лечебной физкультуры и спортивной медицины, возможности их применения и использования, технику безопасности при работе с медицинскими аппаратами, приборами и тренажерами; Гигиену физических упражнений и спортивных сооружений; санитарно-гигиенические нормы для залов групповых и индивидуальных занятий лечебной гимнастикой, кабинета механотерапии, тренажеров, бассейна лечебного плавания и гимнастики в воде, спортплощадок, маршрутов пешеходных и лыжных прогулок, терренкура и др. Спортсооружений (устройства, размеры, освещение, вентиляция, температура воздуха и воды); Классификацию гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений в лечебной физкультуре; Современная классификация, этиология и патогенез заболеваний внутренних органов у спортсменов, занимающихся различными видами спорта; Показания к распределению на медицинские группы учащихся для занятий физическим воспитанием; Показания к распределению на медицинские группы для</p>	<p>спортивных игр для здоровых и больных; Объективно оценивать эффективность воздействия на человека оздоровительного спорта; Анализировать эффективность лечебной физкультуры и массажа, вести необходимую учетную и отчетную документацию и представлять отчет о работе в установленном порядке; Организовать и осуществлять медицинское обеспечение лиц (первичное, углубленное, текущее, этапное), занимающихся различными видами спорта и физической культуры в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований; Осваивать и внедрять в практику новые современные методики лечебной и оздоровительной физкультуры;</p>	<p>восстановительного лечения следующие методики: вейта, баланс, PNF, методика для восстановления глотания и речи. Использовать методику дренажного массажа и дренажную гимнастику. Основными средствами и методами лечебной физкультуры и спортивной медицины Дать рекомендации здоровым больным по практическому использованию рационального двигательного режима различных форм и средств физической культуры, видов спорта, проводить пропаганду здорового образа жизни среди населения. Дозировать и сочетать воздействия средств лечебной физкультуры в зависимости от стадии заболевания, распространенности процесса, возраста больного и сопутствующих заболеваний. Правильно оценивать переносимость воздействий средств лечебной физкультуры. Грамотно интерпретировать адекватность</p>
--	--	---	--	---

			<p>занятий физической культурой лиц среднего и пожилого возраста;          Абсолютные медицинские противопоказания к занятиям физической культурой и спортом для лиц различного пола и возраста;          Содержание и объем врачебно-педагогических наблюдений с целью управления тренировочным процессом спортсменов, а также при проведении процедур ЛФК;          Основы рационального питания и витаминизация спортсменов различных специальностей;          Фармакологическое воздействие на организм медицинских препаратов: запрещенные лекарственные препараты в спорте (допинги), фармакологические средства восстановления спортсменов и их классификация;</p>		<p>назначений средств лечебной физкультуры.          Дать конкретные рекомендации здоровым и больным по использованию средств физической культуры на этапах – стационар – поликлиника – санаторий.          Показания и противопоказания к применению физических факторов с лечебно-реабилитационными и профилактическими целями.          Назначать процедуры лечебного массажа.          Самостоятельно проводить занятия лечебной физкультурой.</p>
9	ПК-8	<p>Готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-8)</p>	<p>Методику проведения физиотерапевтических процедур и массажа с учетом индивидуальных реакций на них; принципы действия лечебно-диагностической аппаратуры.</p>	<p>Осуществлять восстановительные мероприятия спортсменам после физических нагрузок и медицинскую реабилитацию после травм и заболеваний.</p>	<p>Дать конкретные рекомендации здоровым и больным по использованию средств физической культуры на этапах – стационар – поликлиника – санаторий.          Показания и противопоказания к применению физических факторов с лечебно-реабилитационными и профилактическими целями.</p>

10	ПК-9	<p>Готовность к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих (ПК-9)</p>	<p>Формы и методы санитарно-просветительной работы; Методику физического воспитания в дошкольных учреждениях, в школе, в средних и высших учебных заведениях;</p>	<p>Осуществлять врачебные консультации пациентам, населению и спортсменам по использованию средств и методов физической культуры</p>	<p>Проводить санитарно-гигиенический надзор за местами и условиями занятий физкультурой и спортом, давать грамотную оценку санитарно-</p>
				<p>в целях сохранения и укрепления здоровья;</p>	<p>гигиеническому состоянию спортивного сооружения (с заполнением специального акта обследования). Методами консультативной и санитарно-просветительской работы по профилактике заболеваний и травм, методами формирования здорового образа жизни;</p>
11	ПК-10	<p>Готовность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях (ПК-10)</p>	<p>Общие вопросы организации врачебно-физкультурной службы в Российской Федерации; Организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине в условиях лечебно-профилактических учреждений; Организацию работы врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине, профессиональные обязанности, нормативные документы по специальности; Организацию работы врачебно-физкультурных диспансеров, кабинетов ЛФК и врачебного контроля поликлиники и спортивных сооружений;</p>	<p>Ориентироваться в действующих нормативно-правовых актах по вопросам организации медико-санитарного обеспечения населения при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, применять их в конкретных практических ситуациях; Оформить необходимую документацию по учету работы и отчетности, проанализировать ее;</p>	<p>Оформить медицинскую документацию (историю болезни). Владеть методами учета эффективности занятий лечебной гимнастикой и уметь применять их на практике. Составить план и отчет по отделению (кабинету) лечебной физкультуры.</p>
12	ПК-11	<p>Готовность к участию в оценке качества оказания медицинской помощи с использованием основных</p>	<p>Методы статистической обработки показателей физического развития лиц занимающимися</p>	<p>Оформить необходимую документацию по учету работы и</p>	<p>Владеть методом статистической обработки показателей</p>



		медико-статистических показателей (ПК-11)	физической культурой и спортом.	отчетности, проанализировать ее;	физического развития лиц занимающимися физической культурой и спортом.
13	ПК-12	Готовность к организации медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе медицинской эвакуации (ПК-12)	Принципы оказания первичной врачебной медико-санитарной помощи пострадавшим в очагах поражения при чрезвычайных ситуациях; Принципы оказания необходимой срочной помощи при травмах и неотложных состояниях организма (искусственное дыхание, массаж сердца, остановка наружного и внутреннего кровотечения, иммобилизация, наложение повязки на рану, промывание желудка, инъекции);	Организовывать оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи пострадавшим в очагах поражения при чрезвычайных ситуациях; Оказать необходимую срочную помощь при травмах и неотложных состояниях организма (искусственное дыхание, массаж сердца, остановка наружного и внутреннего кровотечения, иммобилизация, наложение повязки на рану, промывание желудка, инъекции)	Оказывать специализированную медицинскую помощь при проведении спортивных мероприятий (соревнований).

## II. Содержание рабочей программы дисциплины (модуля) лечебной физкультуре и спортивной медицине

Индекс	Наименование дисциплин (модулей), тем, элементов и т.д.	Шифр компетенций
<b>Б1.Б</b>	<b>Базовая часть</b>	
Б1.Б.1	Лечебная физкультура и спортивная медицина	УК-1, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12
Раздел 1	Общие основы лечебной физкультуры (ЛФК).	УК-1, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12
Раздел 2	Лечебная физкультура в неврологии	ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9
Раздел 3	Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии	ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9
Раздел 4	Спортивная медицина	УК-1, УК-2, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-9, ПК-10

Раздел 5	Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии	ПК-1, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-10
----------	---	----------------------------------

## **Раздел 1. Общие основы лечебной физкультуры (ЛФК).**

**Организация медицинской реабилитации в России.** Нормативно-правовые основы медицинской реабилитации в России. Реабилитационный диагноз, потенциал, программа, прогноз. Оценка эффективности медицинской реабилитации.

### **Организация работы врача ЛФК.**

Нормативно-правовая документация, регламентирующая работу кабинетов и специалистов ЛФК. Медицинская документация, отчетность и учет эффективности работы.

### **Анатомия и физиология движения.**

Основы артрологии и миологии. Принципы соматической иннервации. Нервные сплетения, зоны иннервации. Основные механизмы действия физических упражнений на организм здорового и больного человека. Повседневная двигательная активность и энерготраты здоровых детей и взрослых. Клинические аспекты двигательной активности детей и взрослых. Особенности реакции органов и систем организма пожилых людей на физическую нагрузку.

**Современные методы функциональных исследований в спортивной медицине.** Оценка тренированности спортсмена. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами. Врачебный контроль при занятиях Физкультурой и спортом в старшем школьном и юношеском возрасте. Спортивный травматизм. Неотложные состояния в спорте. Неотложные состояния при занятиях физической культурой, спортивной тренировки, соревнованиях. Диагностика неотложных состояний при физических нагрузках, Правила и порядок оказания медицинской помощи при неотложных состояниях.

**ЛФК в клинике внутренних болезней.** ЛФК при гипер- и гипотонической болезни, атеросклерозе сосудов. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

### **ЛФК у детей с остаточными явлениями послеродовой травмы**

**ЛФК у детей при ортопедической патологии.** Двигательная активность и профилактика заболеваний детей, подростков и взрослых. Лечебная гимнастика и массаж у детей раннего возраста.

**ЛФК у детей и подростков при ревматизме, острой и хронической пневмонии, бронхите, бронхиальной астме, бронхоэктатической болезни, острых и хронических заболеваниях верхних дыхательных путей**

## **Раздел 2. Лечебная физкультура в неврологии**

Особенности применения физических упражнений и других средств ЛФК в неврологической практике лечебной физкультуры при острой недостаточности мозгового кровообращения.

ЛФК при параличах и парезах органического происхождения. Особенности ЛФК при поражениях спинного мозга. Лечебная гимнастика и массаж при спастических парезах и параличах. Лечебная гимнастика и массаж при вялых парезах и параличах. Лечебная физкультура при неврозах.

Применение средств лечебной физкультуры в реабилитации больных с различными заболеваниями нервной системы.

## **Раздел 3. Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии**

ЛФК при переломах костей конечностей с повреждением и без повреждения мягких тканей. Профилактика и устранение контрактур, тугоподвижности суставов. Основные

принципы применения механотерапевтических аппаратов. ЛФК при диафизарных и внутрисуставных переломах. ЛФК при травмах позвоночника. Особенности методики ЛФК при

повреждениях спинного мозга. ЛФК при переломах костей таза

#### Раздел 4. Спортивная медицина

Роль врача в управлении тренировочным процессом. Диспансеризация спортсменов. Углубленное медицинское обследование спортсменов. Питание спортсменов.

Тестирование физической работоспособности. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом. Антидопинговый контроль.

Биоритмы в спорте. Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований.

#### Раздел 5. Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии

Медицинские аспекты физической культуры и спорта и спорта женщин. Значение физической культуры в различные периоды роста и формирования женского организма.

Организация и методика врачебного контроля за женщинами, занимающимися физической культурой и спортом в период менструаций.

Противопоказания к занятиям ФК и С при расстройствах менструального цикла и других нарушениях в организме женщины. Характеристика физических упражнений в акушерско-гинекологической практике.

Физическая культура в различные периоды беременности, в раннем и позднем послеродовом периоде. ЛФК у беременных при патологии ССС.

Особенности ЛФК в гинекологии. ЛФК при пороках развития и неправильном положении матки.

### III. Учебно-тематический план дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

Индекс	Наименование дисциплин (модулей), тем, элементов и т.д.	ЗЕТ	Количество часов					Форма контроля	Шифр компетенций
			Всего	Ауд.	Лек	Пр	Ср		
<b>Б1.Б.1</b>	<b>Лечебная физкультура и спортивная медицина</b>	<b>28</b>	<b>1008</b>	<b>518</b>	<b>44</b>	<b>474</b>	<b>490</b>	Экзамен	УК-1, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12
Раздел 1	Общие основы лечебной физкультуры		426	174	20	154	252	Текущий контроль	УК-1, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12
Раздел 2	Лечебная физкультура в неврологии		177	117	7	110	60	Текущий контроль	ПК-1, ПК-2, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9
Раздел 3	Лечебная физкультура в		149	89	7	82	60	Текущий	ПК-1, ПК-2,

	травматологии и ортопедии							контроль	ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9
Раздел 4	Спортивная медицина		75	47	1	46	28	Текущий контроль	УК-1, УК-2, УК-3, ПК-1, ПК-2, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-9, ПК-10
Раздел 5	Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии		181	91	9	82	90	Текущий контроль	ПК-1, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-10

#### IV. Оценочные средства для контроля качества подготовки по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

##### 4.1. Формы контроля и критерии оценивания

- **текущий контроль** проводится по итогам освоения каждой темы раздела учебно- тематического плана в виде защиты реферата, или устного собеседования, или решения задачи.

- **промежуточный контроль** знаний и умений ординаторов проводится в форме зачёта с оценкой после освоения дисциплины.

Обучающимся ординаторам предлагается дать ответы на 50 заданий в тестовой форме, по завершённым разделам учебно-тематического плана, и билет, включающий два контрольных вопроса и задачу.

##### **Критерии оценки результатов контроля:**

Результаты тестирования оцениваются по пятибалльной системе:

«Отлично» - 90-100% правильных ответов;

«Хорошо» - 80-89% правильных ответов;

«Удовлетворительно» - 71-79% правильных ответов;

«Неудовлетворительно» - 70% и менее правильных ответов.

Результаты собеседования оцениваются:

«Зачтено» – клинический ординатор подробно отвечает на теоретические вопросы, решает предложенную ситуационную задачу.

«Не зачтено» – не владеет теоретическим материалом и допускает грубые ошибки, не решает предложенную ситуационную задачу.

Ординатор считается аттестованным при наличии положительной оценки на вариант тестового задания (50 вопросов) и оценки «зачтено» за собеседование.

Шкала оценивания результатов промежуточного контроля представлена в Приложении № 1 «Фонд оценочных средств по дисциплине «Лечебная физкультура и спортивная медицина».

##### 4.2 Примерные задания.

##### 4.2.1. Примерные задания для текущего контроля

##### **Примерные темы рефератов:**

1. Исторический аспект возникновения лечебной физкультуры в России.

2. Медицинская реабилитация при нарушениях мозгового кровообращения.
3. Медицинская реабилитация при инфаркте миокарда.
4. Современные технологии в реабилитации больных с патологией опорно-двигательного аппарата.
5. Современные технологии в реабилитации больных бронхо-легочной патологией.

### **Примеры вопросов для собеседования**

1. Основы артрологии и миологии. Принципы соматической иннервации. Нервные сплетения, зоны иннервации. Основные механизмы действия физических упражнений на организм здорового и больного человека.
2. Современные методы функциональных исследований в спортивной медицине.
3. Неотложные состояния при занятиях физической культурой, спортивной тренировки, соревнованиях. Диагностика неотложных состояний при физических нагрузках, Правила и порядок оказания медицинской помощи при неотложных состояниях.
4. ЛФК при гипер- и гипотонической болезни, атеросклерозе сосудов.
5. ЛФК у детей при ортопедической патологии.
6. Применение средств лечебной физкультуры в реабилитации больных с различными заболеваниями нервной системы.
7. ЛФК при переломах костей конечностей с повреждением и без повреждения мягких тканей. Профилактика и устранение контрактур, тугоподвижности суставов.
8. Физическая культура в различные периоды беременности, в раннем и позднем послеродовом периоде. ЛФК у беременных при патологии ССС.

### **Ситуационные задачи к разделу 1 «Общие основы лечебной физкультуры». ЛФК у детей при ортопедической патологии.**

**Задача № 1.** При осмотре ребенка в возрасте 4,5 мес. отмечается выраженная наружная ротация правого бедра. Двигательные навыки ребенка соответствуют возрасту. Что необходимо посмотреть у ребенка дополнительно на осмотре? Какие исследования необходимо провести?

**Правильный ответ:** При осмотре необходимо дополнительно отследить наличие следующих симптомов: ограничение отведения бедра с одной стороны, симптом соскальзывания, асимметрия ягодичных складок, укорочение нижней конечности. Необходимые исследования: В зависимости от возраста: УЗИ или рентгенография т/б суставов в прямой проекции и по Лаундштейну.

**Задача №2.** Родители ребенка возрастом 2,5 мес. жалуются на то, что ребенок лежит в кроватке криво. При осмотре: незначительная асимметрия тонуса мышц туловища верхних и нижних конечностей, выраженный наклон головы в правую сторону. При попытке вывести голову в центральное положение отмечается резкая негативная реакция ребенка. Опишите необходимые исследования для выяснения причин отклонения у ребенка? Какое лечение необходимо провести?

**Правильный ответ:** Лечение положением. Массаж с первых недель жизни. Гимнастика по методу Vojta

### **Ситуационные задачи к разделу 2 «Лечебная физкультура в неврологии»**

**Задача №1** В отделение восстановительного лечения поступил больной К, 10 лет, с диагнозом: неврит лицевого нерва, восстановительный период. Назначен курс реабилитации.

Курс составляет 20 занятий.

Какой курс реабилитации вы можете назначить данному больному? (Ответ: кинезотерапия, физиотерапия, после проведения курса ФЗТ – иглорефлексотерапия, массаж воротниковой зоны, медикаментозная терапия)

Назовите и охарактеризуйте периоды физической нагрузки всего курса реабилитации для данного больного. (Ответ: подготовительный период - занимает приблизительно 25% от общего курса и подготавливает к основной дозе физической нагрузки; основной - составляет приблизительно 50% от общего курса, именно здесь проявляется лечебный эффект от физических упражнений; заключительный - составляет 25% от общего курса и должен проходить в условиях поликлиники или санаторно-курортного лечения, считается от момента вылечивания заболевания до полного здоровья).

**Задача №2** Ребенок Л, 7 лет, с диагнозом: ДЦП, спастический тетрапарез, - получает курс реабилитации, включающий в себя физиотерапию, кинезотерапию, медикаментозное лечение, в отделении восстановительного лечения. На момент осмотра у ребенка жалобы на повышение температуры до 37,5 градусов, насморк, кашель. Ребенок осмотрен педиатром, поставлен диагноз: ОРВИ, острый фарингит. Назначено противоинфекционное лечение.

Показано ли продолжение курса восстановительного лечения в связи с тяжестью основного заболевания ребенка? (Ответ: нет, т.к. острый период любого заболевания и любое инфекционное заболевание являются противопоказанием для восстановительного лечения)

Назовите показания для назначения кинезотерапии? (Ответ: отсутствие, ослабление или извращение функции, наступившее вследствие заболевания, травмы (и)или их осложнений; положительная динамика в состоянии больного, определенная по совокупности клинико-функциональных и лабораторных данных)

Назовите противопоказания для назначения кинезотерапии? (Ответ: острый период любого заболевания или обострение хронического заболевания до появления стойкой клинико-лабораторной ремиссии; любое инфекционное заболевание до появления стойкой клинико-лабораторной ремиссии; гипертермия любого генеза; системные заболевания (красная волчанка); наличие любого кровотечения, в том числе, внутреннего до полного его прекращения и восстановления лабораторных показателей; абсолютным противопоказанием являются идиопатическая тромбоцитопеническая пурпура и геморрагический васкулит; гнойные или гнойничковые поражения кожи, подкожной клетчатки, фасций и мышц; врожденные пороки сердца в стадии декомпенсации; эписиндром; онкологические заболевания; спинальная амиотрофия Верника-Гоффмана; оссифицирующий миозит; выраженные расстройства интеллектуально-мнестической сферы и психические заболевания, затрудняющие общение и возможность активного участия больного в реабилитационном процессе)

## **Ситуационные задачи к разделу «Лечебная физкультура в травматологии и ортопедии»**

### **Задача №1**

При осмотре у ребенка П, 10 лет, с диагнозом: патологический вывих правого тазобедренного сустава, состояние после оперативного лечения, - выявлено нарушение осанки по сколиотическому типу.

Какие средства физической реабилитации можно назначить в данном случае? (Ответ: кинезотерапия, массаж, физиотерапия)

Какие рекомендации необходимо дать ребенку и его родителям при выписке?

(Ответ: наблюдение в динамике врачом ЛФК, ортопедом; фитболтерапия; плавание)

Каким стилем рекомендуется плавать при нарушениях осанки? (Ответ: стиль брасс)

### **Задача №2**

Инструктор-методист поводит индивидуальное занятие ЛФК с пациентом Ф, 45 лет, с диагнозом: посттравматическая сгибательная контрактура коленного сустава. При этом 1-ый период занятия составляет 30% от общего времени занятия, 2-ой период составляет 40%, 3-ий период составляет 30%.

Правильно ли, что инструктор-методист проводит индивидуальные занятия ЛФК с данным пациентом? (Ответ: да, правильно)

Правильно ли инструктор-методист распределяет время на периоды занятия ЛФК? (Ответ: нет, неправильно)

Как называются периоды занятия ЛФК? (Ответ: подготовительный (вводная часть), основной, заключительный)

Распределите процентное соотношение времени по периодам занятия ЛФК? (Ответ: подготовительный – 15%, основной – 70%, заключительный – 15%)

## **4.2.2. Примерные задания для промежуточного контроля Примерные вопросы**

### **тестового контроля**

1. Чтобы не допустить гипервентиляции при дыхательной гимнастике необходимо:
  - а) На каждый акт искусственно управляемого дыхания дать 3-4 спокойных вдоха-выдоха
  - б) Вдох совершается через нос
  - в) Выдох совершается через рот с созданием сопротивления току воздуха г) не применять форсированного выдоха
  - д) все перечисленное верно
  
2. Особенности влияния лекарственного электрофореза определяют:
  - а) поступление больших количеств медикаментов;
  - б) накопление медикаментов в области воздействия; в) поступление малых количеств медикаментов;
  - г) повреждение кожи;
  - д) повышение фармакологической активности лекарств.
  
3. Формы кинезотерапии:
  - 1.массаж; 2.физическое упражнение; 3.гигиеническая гимнастика; 4.утренняя гимнастика;
  - 5.терренкур; 6.мышечное движение; 7.дозированная ходьба; 8.дыхательная гимнастика;
  - 9.развивающая игра; 10.лечебная гимнастика.
  
4. Механизм лечебного действия средств кинезотерапии обеспечивается:
  - 1.проприорецепцией;2.нейрогуморальной регуляцией; 3.системой обратной связи;4.регуляцией сердечного ритма; 5.работой зрительного анализатора;6.моторно- висцеральными рефлексам.

### **Пример формирования билета**

#### **Билет №1**

1. Основы артрологии и миологии. Принципы соматической иннервации. Нервные сплетения, зоны иннервации. Основные механизмы действия физических упражнений на организм здорового и больного человека.

2. ЛФК у детей при ортопедической патологии.

**Задача** Больной П., 7 лет, находится в терапевтическом отделении с диагнозом: хронический обструктивный бронхит в стадии обострения. Объективно: состояние удовлетворительное. Жалобы на затрудненное дыхание, непродуктивный кашель. Кожные покровы бледные. При аускультации легких выслушиваются сухие свистящие хрипы. Температура 36,8°C. ЧДД – 22 в мин., ЧСС – 62 уд./мин.

**Задания:** Определить показания и противопоказания для занятий ЛФК. Определить функциональное состояние больного и назначить рациональный двигательный режим. Какие методики ЛФК можно назначить данному больному при отсутствии противопоказаний.

#### 4.2.3. Виды и задания по самостоятельной работе ординатора (примеры)

1. Решение ситуационных задач.
2. Подготовка доклада на конференцию (реферативную, клиническую).
3. Учебно-исследовательская работа по научной тематике кафедры.
4. Подготовка письменных аналитических работ.
5. Подготовка и защита рефератов.
6. Подготовка литературных обзоров.

## V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

### *Основная литература:*

1. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 656 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 645-647. - Предм. указ.: с. 648-655

2. Епифанов, В. А. Медицинская реабилитация при заболеваниях и повреждениях челюстно-лицевой области / Епифанов В. А. , Епифанов А. В. [и др. ]. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 368 с. - ISBN 978-5-9704-5390-2. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/>

Удаленный доступ к информационным ресурсам

<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970453902.html>

3. Спортивная медицина: национальное руководство / под ред. Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой, С. А. Парастаева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 880 с. - ISBN 978-5-9704-6657-5, DOI: 10.33029/9704-6657-5-SPM-2022-1-880. - Текст: электронный - URL: <https://www.rosmedlib.ru/>

Удаленный доступ к информационным ресурсам

<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970466575.html>

4. Спортивная медицина / под ред. А. В. Епифанова, В. А. Епифанова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 664 с. - ISBN 978-5-9704-7274-3, DOI: 10.33029/9704-7274-3-SLM-2023-1-664. - URL: <https://www.rosmedlib.ru/>

Удаленный доступ к информационным ресурсам

<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970472743.html>



5. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. Краткое издание / под ред. Г. Н. Пономаренко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 512 с. - ISBN 978-5-9704-6998-9. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970469989.html>
6. Солодянкина, М. Е. Гидрокинезотерапия в программе медицинской реабилитации больных артериальной гипертензией в сочетании с ранними формами хронической цереброваскулярной патологии : учебное пособие / М. Е. Солодянкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Челябинск : ЮУГМУ, 2016. — 79 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/197357>
7. Маринич, В. В. Анемии у спортсменов : учебно-методическое пособие / В. В. Маринич, Т. В. Маринич. — Пинск : ПолесГУ, 2020. — 46 с. — ISBN 978-985-516-610-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/284489>
8. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/163498>
9. Практическая спортивная медицина для тренеров / Г. А. Макарова, А. А. Матишев, М. А. Виноградов [и др.] ; под общей редакцией Г. А. Макаровой. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-85-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/234428>
10. Спортивная медицина: курс лекций и практических занятий : учебное пособие / В. С. Бакулин, А. Н. Богачев, И. Б. Грецкая, М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 219 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/158217>
11. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : учебное пособие / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова ; художник А. Ю. Литвиненко. — Москва : Спорт-Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://e.lanbook.com/book/107259>
12. Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации : национальное руководство / под ред. В. А. Епифанова, М. С. Петровой, А. В. Епифанова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 896 с. - ISBN 978-5-9704-7147-0. - URL: <https://www.rosmedlib.ru/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970471470.html>
13. Потапчук, А. А. Лечебная физическая культура в детском возрасте : руководство для врачей / А. А. Потапчук, С. В. Матвеев, М. Д. Дидур. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 528 с. - ISBN 978-5-9704-6838-8. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/>  
Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970468388.html>

14. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. /под ред. Г. Н. Пономаренко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 912 с. - ISBN 978-5-9704-7710-6. - Текст : электронный // URL : <https://www.geotar.ru/>

Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://www.geotar.ru/lots/NF0025774.html>

15. Пономаренко, Г. Н. Физическая и реабилитационная медицина : национальное руководство / Под ред. Г. Н. Пономаренко - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-3606-6. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/>

Удаленный доступ к информационным ресурсам  
<https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970436066.html>

#### *Дополнительная литература:*

1. Пономаренко, Г. Н. Общая физиотерапия [Текст] : учебник : 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2012.

2. Пономаренко, Г. Н. Общая физиотерапия : [учеб. для высш. проф. образования] / Г. Н. Пономаренко. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 366 с. - URL : <http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp>.

3. Основы общей физиотерапии : [учеб.- метод. пособие для мед. вузов. врачей-физиотерапевтов и врачей др. спец.] / под ред. Б. А. Поляева ; [Р. Г. Красильников, Н. Л. Черепашина, Е. Ю. Сергеевко и др.]. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2009.

4. Попов, Д. В. Аэробная работоспособность человека [Текст]. - Москва : Наука, 2012.

5. Стародубов, В. И. Тенденции в состоянии здоровья населения и перспективы развития здравоохранения в России [Текст] : актовая речь в ГБОУ РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздравсоцразвития России / В. И. Стародубов ; РНИМУ им. Н. И. Пирогова. Москва : Менеджер здравоохранения, 2012.

#### *Информационное обеспечение:*

1. Medlinks.ru»: медицинский сервер. - URL : <http://www.medlinks.ru>

2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - URL : <http://window.edu.ru/>

3. Информационные ресурсы ФИПС: Патентные и непатентные. полнотекстовые базы данных. - URL : <http://www1.fips.ru>

4. Консультант врача : Электронная медицинская библиотека. - URL : <http://www.rosmedlib.ru>

5. КонсультантПлюс: справочно-правовая система

6. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. - URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 25.11.2020). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный.

7. Национальная электронная библиотека. - URL : <https://rusneb.ru/search/extended/>. – Текст электронный.

8. PubMed (National Library of Medicine - NLM) : Национальный центр биотехнологической информации [Электронный ресурс]. - URL : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez/>

## **VI. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Лечебная физкультура и спортивная медицина»**

Помещения предусмотрены для оказания медицинской помощи пациентам, в том числе связанные с медицинскими вмешательствами, оснащены специализированным оборудованием и медицинскими изделиями (тонометр, фонендоскоп, термометр,

медицинские весы, ростомер, противошоковый набор, набор и укладка для экстренных профилактических и лечебных мероприятий, облучатель бактерицидный, аппарат для вибротерапии, велотренажер, динамометр, метроном, шведская стенка, пульсотонометр, спирометр, угломер для определения подвижности суставов конечностей и пальцев, вертебральный тренажер-свинг-машина, секундомер, часы, гимнастические палки, обручи, гантели, гимнастические коврики, набор мячей, кушетка массажная с изменяющейся высотой с набором валиков для укладки пациента) и расходным материалом.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет».

**Перечень программного обеспечения:**

**Office Standard/ Professional Plus 2010 with SP1;**

- Kaspersky Endpoint Security 10;
- Справочно-правовая система «Консультант плюс» сетевая версия»;
- Adobe Reader;
- Adobe Flash Player;
- Google Chrom;
- Mozilla Firefox, Mozilla Public License;
- 7-Zip, GNU Lesser General Public License;
- FastStone Image Viewer, GNU Lesser General Public License;
- Windows 8.1 Enterprise Windows 8.1 Professional.