

Государственное автономное учреждение здравоохранения города Москвы
«Московский научно-практический центр медицинской реабилитации,
восстановительной и спортивной медицины Департамента здравоохранения
города Москвы»

УТВЕРЖДЕНО
Ученым советом
Г А У З М Н П Ц М Р В С М Д З М



«4» мая 2016 г протокол № 4

Председатель Ученого Совета

И.В. Логоженкова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физкультура и спортивная медицина

(наименование дисциплины)

основная профессиональная образовательная программа высшего образования -
программа ординатуры

31.00.00 Клиническая медицина

код и наименование укрупненной группы специальностей (направлений подготовки)

31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина

код и наименование направления подготовки (специальности)

Трудоемкость дисциплины 28 зачетных единиц.

При разработке рабочей программы дисциплины «**Лечебная физкультура и спортивная медицина**» в основу положен Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации), утвержденный Приказом Минобрнауки 25.08.2014 №1081.

Учебная дисциплина 1.Б.1 «Лечебная физкультура и спортивная медицина» относится к дисциплинам обязательной части профессионального цикла, входит в базовую часть образовательной программы.

Цели изучения дисциплины:

- накопление профессиональных знаний по основным разделам лечебной физкультуры и спортивной медицины, совершенствование специальных теоретических знаний, умений и профессиональных навыков;
- освоение новых методов и методик, диагностических и корригирующих технологий по управлению здоровья человека и выбору оптимальных технологий физической реабилитации для вторичной профилактики при наиболее распространенных соматических заболеваниях и травмах;
- формирование у ординаторов универсальных и профессиональных компетенций.

Данные цели реализуются в системе задач:

- рассмотреть понятия лечебной физкультуры и спортивной медицины;
- проанализировать механизм физиологического действия средств и форм ЛФиСМ;
- изучить методы лечебной физкультуры для пациентов, нуждающихся в оказании медицинской помощи;
- обсудить показания и противопоказания в области ЛФиСМ;
- Способствовать развитию у ординатора профессионального мышления, умения решать медико-тактические задачи по медицинскому обеспечению населения в мирное время.

РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1	Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины	Анатомо-физиологические основы: Динамическая анатомия, Физиология физических упражнений, Биохимические основы мышечной деятельности. Общие основы лечебной физкультуры: История возникновения ЛФК. Понятие о ЛФК и реабилитации, Метод физической реабилитации и его характерные особенности, Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия физических упражнений, Средства ЛФК. Общие требования к методике применения физических упражнений, Формы проведения ЛФК. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности, Психофизическая тренировка, Особенности лечебной

		<p>физкультуры в различные возрастные периоды, Оздоровительная тренировка, функциональные резервы организма, WELLNESS & SPA технологии.</p> <p>Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки. Гигиена физических упражнений :Теория и методика физического воспитания, Основы спортивной тренировки, Гигиена физических упражнений и спортивных сооружений.</p> <p>Врачебный контроль за занимающимися физической культурой: Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры, Особенности врачебного контроля за инвалидами-спортсменами, Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом.</p>
2	Методы обследования лиц, занимающихся физкультурой и спортом	<p>Медицинское обследование, Физическое развитие, Функциональное состояние: Функциональные методы исследования системы кровообращения при физических нагрузках, Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках, Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках.</p>
3	Лечебная физкультура у больных с соматическими заболеваниями	<p>Лечебная физкультура у больных с соматическими заболеваниями:</p> <p>Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней, Физическая реабилитация пациентов при нервных заболеваниях, Лечебная физкультура в акушерстве и при гинекологических заболеваниях, Физическая реабилитация у больных с хирургическими и нейрохирургическими заболеваниями, Реабилитация больных с повреждениями и заболеваниями челюстно-лицевой области, ЛФК в геронтологии, ЛФК: передовой опыт. Практика зарубежных стран.</p>
4	Спортивная медицина	<p>Специфика спортивной медицины как собственной отрасли медицинской науки. Правовые акты РК и РФ в области медицинского обеспечения спорта. Сравнительный анализ законодательства в сфере спортивной медицины различных стран.</p> <p>Анатомия, гистология и физиология мышц, энергообеспечение мышечной деятельности, и непосредственно сопряженных с ней биохимических и физиологических процессов. Различные типы мышечной активности. Классификация видов спорта</p> <p>Теория функционального (физиологического) тестирования спортсмена - оценка работоспособности и её разновидностей (кардиореспираторная выносливость, мышечная сила и выносливость, теория тренировки и тренировочных зон, энергообеспечение мышечной деятельности. Классификация</p>

		<p>и разновидности нагрузочных тестов. Противопоказания к нагрузочному тестированию, критерии прекращения и оценки теста</p> <p>Восстановление физиологических кондиций. Общая теория. Теория суперкомпенсации и перетренированности. Физиологические и клинические представления о синдроме перетренированности, механизмы и способы коррекции. Патологические состояния при нерациональных занятиях спортом</p> <p>Спортивная фармакология и нутрициология. Фармакологические, инструментальные и другие средства восстановления. Допинг и основы антидопингового законодательства. Особенности ведения медицинской документации спортсмена.</p> <p>Исследования сердечно-сосудистой системы – их роль, значение и возможности. Общие аспекты спортивной электрокардиографии. Нарушения ритма сердца и допуск к занятиям спортом.</p> <p>Морфология сердечно-сосудистой системы спортсмена. Ультразвуковое исследование сердечно-сосудистой системы спортсмена - спортивная эхокардиография (ЭхоКГ).</p> <p>Функциональные пробы в спортивной медицине. Основы нагрузочного тестирования – классификация, методы, роль и значение.</p> <p>Влияние факторов окружающей среды в процессе тренировок и соревнований при различных типах мышечной активности (высота, глубина, температура, влажность, гипоксия и др.). Неотложные состояния, с в современном спорте – потнагрузочный коллапс, тепловой удар, водная интоксикация и др.</p> <p>Основы спортивной травматологии. Локализация и специфика травм у спортсменов. Принципы диагностики, особенности симптоматики и лечения травм у спортсменов. Реабилитация травм у спортсменов – современные методы и концепции. Физиотерапия и лечебная физкультура в спортивной медицине.</p>
5	Лечебная физкультура у детей и подростков	Методы, средства и формы ЛФК у детей и подростков. Спортивная медицина в детском спорте.
6	Медицинский массаж	Общие основы массажа, Медицинский массаж: Лечебный, спортивный, детский.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТРУДОЕМКОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы (в АЧ)					Оценочные средства
			Л	ПЗ	С	СР	всего	
1	1	Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины	4	16	16	40	76	Тестирование Собеседование по контрольным вопросам и ситуационным задачам
2	1	Методы обследования лиц, занимающихся физкультурой и спортом	6	32	38	40	116	Тестирование Собеседование по контрольным вопросам
3	1,2	Лечебная физкультура у больных соматическими заболеваниями	14 (4/10)	96 (24/72)	64 (28/36)	48 (6/42)	222	Тестирование Собеседование по ситуационным задачам Демонстрация практических навыков
4	2,3	Спортивная медицина	10 (4/6)	56	74 (46/28)	92 (46/46)	232	Тестирование Собеседование по контрольным вопросам
5	3,4	Лечебная физкультура у детей и подростков	8	40	40 (30/10)	90 (44/46)	178	Тестирование Собеседование по ситуационным задачам Демонстрация практических навыков
6	4	Медицинский массаж	14	96	24	44	178	Тестирование Демонстрация практических навыков Демонстрация практических

								НАВЫКОВ
Экзамен (консультация)							6	
ИТОГО:			56	336	256	354	1008	

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В качестве форм текущего контроля используются: тестирование, собеседование по ситуационным задачам и контрольным вопросам, демонстрация практических навыков.

В качестве форм итоговой аттестации по дисциплине используются: тестирование, собеседование по контрольным вопросам.

Изучение дисциплины заканчивается *экзаменом*.