

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра спортивної медицини, здоров'я людини

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Лікувальна фізична культура»

спеціальність 014 «фізична культура»

(шифр і назва спеціальності)

Факультет

педагогічної освіти

2018 рік

Робоча програма з навчальної дисципліни «Лікувальна фізична культура» для студентів

(назва навчальної дисципліни)

спеціальністю 014 фізична культура Vc.(денна форма навчання)

Розробники:

Гузій О.В., доцент кафедри „ Спортивної медицини, здоров'я людини” к.н.фіз.вих.,доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри Спортивної медицини, здоров'я людини

Протокол від. “ ____ ” _____ 2018року № ____

Завідувач кафедри _____

_____ (Шиян О.І.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Пояснювальна записка

Проходження курсу “Лікувальна фізична культура” передбачається навчальним планом на IV курсі – для студентів факультету педагогічної освіти у об’ємі 54 год. і складається з лекційного курсу (12 год.), практичних занять(18 год.), самостійної роботи (24год.).

Навчальний курс “Лікувальна фізична культура” спрямований на засвоєння студентами головних принципів використання засобів лікувальної фізкультури у відновленні осіб після перенесених гострих патологічних станів і хронічних захворювань.

Лікувальна фізична культура (ЛФК) – медико-педагогічна дисципліна, яка вивчає теоретичні основи і методи використання засобів фізичної культури для лікування і профілактики різних захворювань і травм. Найчастіше використовуються такі засоби, як фізичні вправи, природні фактори і масаж. Лікувальна фізкультура – це не тільки лікувальний, але і педагогічний процес в якому свідома участь самого хворого є обов’язковим.

Мета викладання дисципліни: формування освіченої, гармонійно розвиненої особистості, її професійно-педагогічних знань, вмінь, навичок, які забезпечують теоретичну і практичну підготовку висококваліфікованих тренерів з різних видів спорту та педагогів з фізичного виховання здатних до постійного оновлення знань, професійної майстерності, мобільності та швидкої адаптації до змін у соціально-культурній сфері, в системі управління та організації, в теорії та методиці, технології праці в умовах ринкової економіки.

Завдання навчальної дисципліни “Лікувальна фізична культура”:

- **Методичні:** надати уявлення студентам про місце і значення навчальної дисципліни “Лікувальна фізична культура” у структурно-логічній схемі підготовки фахівців з обраної спеціальності.

- **Пізнавальні:** ознайомити студентів з необхідними теоретичними положеннями з загальних основ лікувальної фізкультури, клініко-фізіологічного обґрунтування застосування фізичних вправ, лікувального масажу та інших засобів відновлення з лікувальною і профілактичною метою; показами і проти показами до використання лікувальної фізкультури, руховими режимами у лікарняному і після лікарняному періодах реабілітації, засобами, формами і окремими методиками ЛФК та лікувального масажу, які застосовують при захворюваннях внутрішніх органів і суглобів.

Практичні: формувати професійні вміння для вирішення завдань відновлення осіб з патологією, скласти програму відновлення і розробити комплекси фізичних вправ, оцінити їх вплив на одноразове заняття і курс лікування хворих

У процесі вивчення навчального курсу “Лікувальна фізична культура” студент повинен знати:

- суть патологічних змін, які виникли при захворюваннях і пошкодженнях органів і систем людини;
- механізм лікувальної дії фізичних вправ;
- покази і проти покази до використання ЛФК;
- основи організації ЛФК.

Після засвоєння навчального курсу “Лікувальна фізична культура” студент повинен вміти:

- у відповідності до назначень лікаря підібрати найбільш ефективні і адекватні фізичні вправи;
- визначати дозування фізичних навантажень і складати відповідні комплекси лікувальної гімнастики;
- самостійно проводити індивідуальні і групові заняття лікувальної гімнастики;

оцінювати дію занять з лікувальної гімнастики на хворих і визначати їх ефективність.

Форми організації навчання:

ЛЕКЦІЇ.

Цільове спрямування: інформаційне забезпечення теоретичного матеріалу.

Методичне забезпечення: лекційний курс.

Контрольні заходи: підсумковий контроль – контроль засвоєння студентами теоретичного матеріалу і практичних навиків– залік.

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ.

Цільове спрямування: формування професійних вмінь та навичок практичного застосування основних теоритичних положень.

Методичне забезпечення: методичний матеріал /контрольні питання, завдання для практичного застосування теоретичних положень шляхом індивідуального їх виконання/.

Контрольні заходи:

- 1) поточний контроль: контрольні перевірки ступеню оволодіння теоретичними положеннями та рівня формування професійних вмінь та навичок;
- 2) підсумковий контроль: оцінка рівня засвоєння навчального матеріалу на підставі виконання робіт (завдань) на практичних заняттях.

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАНЯТТЯ (самостійна робота студентів).

Цільове спрямування: підвищення рівня індивідуальної підготовки, розкриття індивідуальних творчих здібностей.

Методичне забезпечення: методичні матеріали.

Контрольні заходи: поточний контроль.

Структурні складові робочої навчальної програми.

1. Тематичний план: - програмний матеріал (розподіл навчальних годин за розділами), - розподіл навчальних годин за розділами, формами, та темами навчання.

2. Розподіл навчальних годин за темами для індивідуальної роботи студентів (СРС).
3. Засоби для проведення підсумкового контролю: залікові питання.
4. Перелік навчально-методичної літератури.

1. Тематичний план

Розподіл навчальних годин за змістовими модулями представлений в табл. 1

| модуль | Розділи навчальної дисципліни, які входять у модуль | Кількість годин | | |
|--------|---|-----------------|------------|--------------------|
| | | лекційних | практичних | самостійної роботи |
| 1 | Лікувальна фізкультура при захворюваннях внутрішніх органів. | 8 | 10 | 18 |
| 2 | Лікувальна фізкультура при захворюваннях і травмах нервової системи | 4 | 8 | 6 |