

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та
спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №1

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури за наявності
гіпертонічної і гіпотонічної хвороби.

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "олімпійський та професійний
спорт"

Навчальні та виховні цілі: навчити студентів викласти теоретичні
основи впливу фізичних вправ на процес відновлення; оволодіти знаннями та
практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ;
складати відповідні комплекси лікувальної гімнастики.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Гіпертонічна та гіпотонічна хвороби. Класифікація. Симптоми і
перебіг захворювання.

1. Оволодіти методикою складання комплексів вправ на різних рухових
режимах.
2. Ознайомитись з методикою оцінки ефективності проведення занять з
лікувальної гімнастики.
3. Засвоїти основні механізми лікувальної дії фізичних вправ.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час
проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання
- 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів фізичних вправ при різних ступенях гіпертонічної хвороби (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

1. Апанасенко Г.А. , Волков В.В., Науменко Р.Г. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно - сосудистой системы. - К.: Здоров'я. 1987. - 120с.
2. Мурза В.П. Фізичні вправи і здоров'я. - К: Здоров'я, 1991. - 256 с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц. кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні

кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та
спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №2

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури за наявності окремих захворювань органів травлення

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "олімпійський та професійний спорт"

Навчальні та виховні цілі: навчити студентів викласти теоретичні основи впливу фізичних вправ на процес відновлення функціонального стану організму при захворюваннях шлунково-кишкового тракту; оволодіти знаннями та практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ; скласти відповідні комплекси лікувальної гімнастики.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Гастрит. Виразкова хвороба шлунку і 12-палої кишки. Етіологія, патогенез, симптоми і перебіг захворювання.

1. Оволодіти методикою складання комплексів вправ на різних рухових режимах при даних патологіях.
2. Особливості методики ЛФК і методи контролю за адекватністю фізичних навантажень.
3. Механізми лікувальної дії фізичних вправ, масаж та інші засоби фізичної реабілітації.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання
- 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів фізичних вправ при різних формах гастритів, виразковій хворобі, колітах, холециститах і опущенні внутрішніх органів. (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

1. Мурза В.П. Фізичні вправи і здоров'я. - К: Здоров'я, 1991. - 256 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.
3. Учебник инструктора по лечебной физической культуре /Под ред. В.П. Правосудова.- М.: Физкультура й спорт, 2004. - 415 с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц. кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні

кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та
спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №3

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури при інсультах

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "олімпійський та професійний спорт"

Навчальні та виховні цілі: Засвоїти особливості ЛГ за особами з патологією нервової системи; навчити студентів викласти теоретичні основи впливу фізичних вправ на процес відновлення; оволодіти знаннями та практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Основні прояви захворювання нервової системи та їх ускладнення: спастичні і мляві паралічі і парези, гіперкінези, порушення чутливості, трофічної функції і функції вегетативного відділу ЦНС.

1. Механізми лікувальної дії фізичних вправ і інших засобів лікувальної фізкультури..
2. Засвоїти особливості перебігу різних форм інсультів. Обґрунтування застосування засобів лікувальної фізкультури.
3. Ознайомитись з методиками проведення відновних заходів при неврологічній патології.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання
- 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів при інсультах в різні рухові режими (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

1. Марченко О.К. Физическая реабилитация неврологических больных. - К.: Олимпийская литература, 1999 . - 56 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.
3. Учебник инструктора по лечебной физической культуре /Под ред. В.П. Правосудова.- М.: Физкультура й спорт, 2004. - 415 с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц., кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні
кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та

спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №1

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури за наявності

гіпертонічної і гіпотонічної хвороби.

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "фізичне виховання"

Навчальні та виховні цілі: навчити студентів викласти теоретичні основи впливу фізичних вправ на процес відновлення; оволодіти знаннями та практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ; складати відповідні комплекси лікувальної гімнастики.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Гіпертонічна та гіпотонічна хвороби. Класифікація. Симптоми і перебіг захворювання.

1. Оволодіти методикою складання комплексів вправ на різних рухових режимах.
2. Ознайомитись з методикою оцінки ефективності проведення занять з лікувальної гімнастики.
3. Засвоїти основні механізми лікувальної дії фізичних вправ.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання
- 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів фізичних вправ при різних ступенях гіпертонічної хвороби (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

4. Апанасенко Г.А. , Волков В.В., Науменко Р.Г. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно - сосудистой системы. - К.: Здоров'я. 1987. - 120с.
5. Мурза В.П. Фізичні вправи і здоров'я. - К: Здоров'я, 1991. - 256 с.
6. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц. кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні

кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та

спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №2

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури за наявності окремих захворювань органів дихання.

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "фізичне виховання"

Навчальні та виховні цілі: навчити студентів викласти теоретичні основи впливу фізичних вправ на процес відновлення; оволодіти знаннями та практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ; скласти відповідні комплекси лікувальної гімнастики.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Пневмонія. Плеврит. Емфізема легень. Бронхіальна астма. Етіологія, патогенез, симптоми і перебіг захворювання..

1. Оволодіти методикою складання комплексів вправ на різних рухових режимах.
2. Особливості методики ЛФК і методи контролю за адекватністю фізичних навантажень.
3. Механізми лікувальної дії фізичних вправ, масаж та інші засоби фізичної реабілітації.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання - 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів фізичних вправ при різних бронхіті, пневмонії, бронхіальній астмі. (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

4. Мурза В.П. Фізичні вправи і здоров'я. - К: Здоров'я, 1991. - 256 с.
5. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.
6. Учебник инструктора по лечебной физической культуре /Под ред. В.П. Правосудова.- М.: Физкультура й спорт, 2004. - 415 с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц., кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні
кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедру валеології та
спортивної медицини

_____ О.І. Шиян

серпня 2010 р

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА №3

для проведення практичного заняття (методичного)

з навчальної дисципліни «ЛФК»

Тема: Особливості методики лікувальної фізкультури при інсультах

Для студентів 4 курсу за спеціальністю "фізичне виховання"

Навчальні та виховні цілі: Засвоїти особливості ЛГ за особами з патологією нервової системи; навчити студентів викласти теоретичні основи впливу фізичних вправ на процес відновлення; оволодіти знаннями та практичними навиками складання комплексів вправ та проведення ЛГ.

Навчальні питання і розподілення часу за питаннями:

Вступ: Основні прояви захворювання нервової системи та їх ускладнення: спастичні і мляві паралічі і парези, гіперкінези, порушення чутливості, трофічної функції і функції вегетативного відділу ЦНС.

1. Механізми лікувальної дії фізичних вправ і інших засобів лікувальної фізкультури..
2. Засвоїти особливості перебігу різних форм інсультів. Обґрунтування застосування засобів лікувальної фізкультури.
3. Ознайомитись з методиками проведення відновних заходів при неврологічній патології.

Підведення підсумків заняття: визначення типових помилок під час проведення комплексу вправ з лікувальної гімнастики, відповіді на запитання

- 15 хв.

Навчально-матеріальне забезпечення: демонстрація лікувальних вправ при даній патології відповідно до рухових режимів, використання таблиць.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складання комплексів при інсульті в різні періоди відновлення (завершення написання та захист протоколу практичного заняття).
2. Проаналізувати помилки, які були зазначені під час практичного заняття.

Навчальна література:

4. Марченко О.К. Физическая реабилитация неврологических больных. - К.: Олимпийская литература, 1999 . - 56 с.
5. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література, 2010.-486с.
6. Учебник инструктора по лечебной физической культуре /Под ред. В.П. Правосудова.- М.: Физкультура й спорт, 2004. - 415 с.

Методичну розробку для проведення

практичного заняття з навчальної

дисципліни «ЛФК» розробила:

к.н. фіз. вих., доц., кафедри -

О.В.Гузій

Методична розробка обговорена та схвалена на засіданні
кафедри

Протокол від _____ 2010 р. № _____