

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ**

ПРИНЯТО  
на заседании ученого совета  
ФГБОУ ВО РостГМУ  
Минздрава России  
Протокол № 9

«27» 08 20\_\_ г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом ректора  
« 04 » 09 2020г.  
№ 408

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ ВРАЧЕЙ  
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»  
на тему  
«Лечебная физкультура и спортивная медицина»**

(СРОК ОБУЧЕНИЯ 576 АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ)

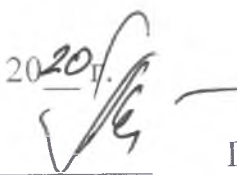
Ростов-на-Дону  
2020

Основными компонентами дополнительной профессиональной программы повышения квалификации профессиональной переподготовки врачей по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» на тему «*Лечебная физкультура и спортивная медицина*» являются (цель программы, планируемые результаты обучения; учебный план; требования к итоговой аттестации обучающихся; рабочие программы учебных модулей; организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки; оценочные материалы и иные компоненты.

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» на тему «*Лечебная физкультура и спортивная медицина*» одобрена на заседании кафедры медицинской реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания с курсом медико-социальной экспертизы.

Протокол № 4 от «26» августа 2020г.

Заведующий кафедрой, к.м.н.




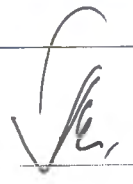


Пайков А.Ю.

## 2. ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки врачей по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» на тему «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

срок освоения 576 академических часов

СОГЛАСОВАНО	
Проректор по последипломному образованию	« 26 » 08 2020 г.  Брижак З.И.
Декан факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов	« 26 » 08 2020 г.  Бадалянец Д.А.
Начальник управления организации непрерывного образования	« 26 » 08 2020 г.  Герасимова О.В.
Заведующий кафедрой	« 26 » августа 2020 г.  Пайков А.Ю.



## **4. Общие положения**

**4.1. Цель** дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки врачей по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» на тему «Лечебная физкультура и спортивная медицина» (срок обучения 576 академических часов) заключается в приобретении врачами компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, то есть в приобретении новой квалификации.

### **4.2. Актуальность программы:**

Основной задачей врача ЛФК является овладение общими и частными методиками ЛФК и осуществление на основе теоретических знаний и полученных практических навыков лечения и реабилитации больных с наиболее распространенными заболеваниями; спортивного врача – осуществления контроля за физическим состоянием лиц, занимающихся физкультурой и спортом, определение оптимальных физических нагрузок для укрепления и восстановления здоровья, повышения уровня функционального состояния, роста спортивных достижений, профилактики и лечения различных заболеваний. Решение этих задач требует от врача ЛФК и спортивной медицины соответствующей специальной и общемедицинской подготовки.

### **4.3. Задачи программы:**

#### ***Сформировать знания:***

1. Основные вопросы теории и методики физического воспитания  
Механизм воздействия лечебной физкультуры на организм человека, на течение патологического процесса; методы и формы физической реабилитации, показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры и массажа; Содержание двигательных режимов
2. Общие и функциональные методы исследования в лечебной физкультуре
3. Оценка физического развития и физической работоспособности в лечебной физкультуре
4. Клиническую симптоматику основных заболеваний, при которых используют лечебную физкультуру и массаж;

5. Показатели функционального и физического состояния организма в норме и при основных заболеваниях.

6. Основы массажа и его организационно-методические аспекты

7. Методики лечебной физкультуры в стоматологии, офтальмологии, отоларингологии.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры, специальные и общеразвивающие упражнения.

8. Аппаратуру и оборудование кабинетов лечебной физкультуры и врачебного контроля, возможности ее применения и использования, техника безопасности при работе с ней.

9. Формы и методы санитарного просвещения в лечебной физкультуре и спортивной медицине.

10. Методики физического воспитания в различных возрастных группах населения

11. Методики оценки физического развития и физической работоспособности в лечебной физкультуре

12. Методики функционального исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системы в лечебной физкультуре

13. Методикой лечебной физкультуры при заболеваниях и состояниях в клинике внутренних болезней.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры, специальные и общеразвивающие упражнения.

14. Методикой лечебной физкультуры при травмах, болезнях и деформациях опорно-двигательного аппарата.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры.

15. Методики лечебной физкультуры в хирургии.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры, специальные и общеразвивающие упражнения.

16. Методики лечебной физкультуры в клинике нервных болезней.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры, специальные и общеразвивающие упражнения.

17. Методики лечебной физкультуры в акушерстве и гинекологии.): обосновать показания к применению ЛФК; выбрать средства, формы и дозировки лечебной физкультуры, специальные и общеразвивающие упражнения.

18. Основы спортивной тренировки

19. Лечебно-оздоровительные формы физкультуры, психофизическая тренировка и мануальная терапия позвоночника и суставов, особенности спорта инвалидов

20. Общие и функциональные методы исследования во врачебном контроле

21. Методы оценки физического развития и физической работоспособности во врачебной контроле
22. Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности.
23. Физиологию физических упражнений и биохимию мышечной деятельности.
24. Противопоказания к занятиям физкультурой и спортом.
25. Показатели изменения функционального состояния организма в процессе тренировок.
26. Организацию и содержание врачебного контроля за занимающимися физической культурой
27. Знать содержание антидопингового контроля
28. Теорию и методику физического воспитания и спортивной тренировки;
29. Вопросы гигиены спортивных сооружений; гигиены физических упражнений;
30. Современные представления о механизме утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе
31. О роли врача в управлении тренировочным процессом
32. Медико-биологические проблемы отбора в спорт
33. Оценку функционального состояния системы кровообращения, нервно-мышечной и дыхательной системы, биохимический и иммунологический контроль в спорте.
34. Методики закаливания организма различными природными факторами
35. Методики восстановления и повышения спортивной работоспособности в спорте
36. Знать задачи, методы и оценку результатов врачебно-педагогических наблюдений
37. Методики функционального исследования системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы, методики биохимического контроля в спорте.
38. Методики применения педагогические, психологические, медико-биологические и фармакологические средств для повышения спортивной работоспособности.
39. Знать причины заболеваний; клинические и параклинические признаки физического перенапряжения различных функциональных систем и органов у спортсменов; систему реабилитации спортсменов; причины, профилактика и реабилитация спортивных травм.

***Сформировать умения:***

1. Методики закаливания организма различными природными факторами

2. Уметь получить от больного информацию о заболевании, оценить тяжесть состояния больного
3. Уметь провести обследование по определению физического состояния больного, выполнить функциональные пробы по оценке состояния функции системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы;
4. Уметь выбрать и назначить методы лечебной физкультуры, в т. ч. в сочетании с массажем, физиотерапевтическими процедурами;
5. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений при заболеваниях и состояниях в клинике внутренних болезней
6. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений при травмах, болезнях и деформациях опорно-двигательного аппарата
7. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений при хирургических заболеваниях
8. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений при заболеваниях и состояниях в клинике нервных болезней
9. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений в акушерстве и гинекологии
10. Уметь оформить и трактовать кривую физиологической нагрузки у больных.
11. Уметь оценить данные электрокардиографических исследований при физических нагрузках у больных.
12. Уметь оценить физическое развитие, реакцию на нагрузку функциональной пробы, физическую работоспособность и толерантность к физической нагрузке у больных.
13. Уметь оценить данные функции внешнего дыхания и газообмена, данные спирографии, пневмографии, пневмотахометрии, пневмотонометрии, оксигеметрии у больных.
14. Уметь оценить функциональное состояние нервно-мышечного аппарата, амплитуду движений в суставах и мышечную силу, тонус мышц у больных.
15. Уметь определить эффективность занятий лечебной физкультурой и массовыми формами физической культуры.
16. Уметь оказать необходимую срочную помощь (искусственное дыхание, массаж сердца, остановка наружного или внутреннего кровотечения, иммобилизация при травме, наложение повязки на рану).



17. Уметь оформить медицинскую документацию, предусмотренную законодательством по здравоохранению для заполнения врачами лечебной физкультуры.

18. Уметь составить отчет по итогам работы врача по лечебной физкультуре и проанализировать ее.

19. Уметь провести санитарно-просветительную работу в лечебной физкультуре и спортивной медицине.

20. Уметь получить от спортсмена информацию о степени его подготовленности, собрать спортивный анамнез.

21. Уметь провести и оценить физическое развитие спортсмена

22. Уметь определить и оценить физическую работоспособность спортсмена методами тестирования.

23. Уметь провести и оценить функциональные пробы системы кровообращения и дыхания у спортсмена (с дозировкой физической нагрузкой, задержкой дыхания, вегетативные).

24. Уметь определить и оценить функциональное состояние нервно-мышечного аппарата у спортсменов

25. Уметь оценить данные биохимического контроля

26. Уметь дать заключение о функциональном состоянии организма спортсмена и рекомендации.

27. Уметь оформить необходимую документацию по учету работы и отчетности врача по спортивной медицине.

28. Уметь организовать и провести диспансеризацию спортсменов.

29. Уметь провести врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом: в процессе физического воспитания; при занятиях массовыми формами физической культуры;

30. Уметь организовать врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом

31. Уметь осуществлять контроль за питанием спортсменов

32. Уметь осуществлять антидопинговый контроль, секс-контроль за спортсменами

33. Уметь осуществлять медико-биологическое обеспечение спортсменов и спортсменок-инвалидов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований

34. Уметь осуществлять профилактику, диагностику и лечение болезней и травм у спортсменов.

35. Уметь выполнять спортивный массаж.

36. Уметь проводить аутогенную тренировку

37. Уметь оценить данные электрокардиографии при физических нагрузках у спортсменов

38. Уметь оценить данные функции внешнего дыхания и газообмена у спортсменов

39. Уметь обследовать и оценить объем двигательных навыков человека в целом и объем движений по отдельным суставам; степени деформации опорно-двигательного аппарата

40. Уметь применить педагогические, медико-биологические, и разрешенные фармакологические средства для повышения спортивной работоспособности

41. Уметь выполнять постизометрическую релаксацию на позвоночнике и суставах; уметь и обучить пациента приемам аутомобилизации

42. Уметь выполнять лечебный массаж при болезнях опорно-двигательного аппарата, нервной системы, органов дыхания и С.С.С., органов пищеварения: в хирургии, в акушерстве и гинекологии, в стоматологии, офтальмологии

43. Уметь выполнить сегментарный и точечный массаж

44. Уметь составить схему процедуры лечебной гимнастики и примерный комплекс физических упражнений в стоматологии, офтальмологии и отоларингологии

45. Уметь выполнять массаж и гимнастику здоровых детей раннего возраста; массаж при рахите и гипотрофии; массаж при кривошее, плоскостопии и плоскостопии.

### ***Сформировать навыки:***

1. Физиологию и биохимию мышечной деятельности;
2. Особенности реакции на физическую нагрузку в детском и пожилом возрасте;
3. Динамическую анатомию (биомеханику движений);
4. Гигиену физических упражнений и спортивных сооружений;
5. 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 и терренкура и др. Спортсооружений (устройства, размеры, освещение, вентиляция, температура воздуха и воды);
6. Классификацию гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений в лечебной физкультуре;
7. Расчетные нормы нагрузки специалистов по лечебной физкультуре и спортивной медицине (врача, инструктора-методиста, инструктора, медсестры по массажу);

8. Виды, методики и дозировки лечебного и спортивного массажа;
9. Методики бытовой и трудовой реабилитации;
10. Сочетание лечебной физкультуры с физиотерапевтическими процедурами, вытяжением, мануальной терапией; программы этапной физической реабилитации больных с инфарктом миокарда;
11. Частные методики лечебной физкультуры для больных в терапии, хирургии, травматологии и ортопедии, неврологии, урологии, акушерстве и гинекологии, при заболеваниях лор органов, при глазных болезнях, в стоматологии, в т.ч. Методики лечебной физкультуры для детей;
12. Морфо-функциональные характеристики спортсменов различных видов спорта;
13. Основы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки;
14. Методы иммунологического контроля в спорте;
15. Организации и методы допинг-контроля в спорте;
16. Особенности спортивного отбора детей и подростков;
17. Особенности методик, спортивной тренировки и соревнований спортсменов-инвалидов;
18. Клинические проявления и методы диагностики заболеваний повреждений и дефектов организма (в т.ч. Врожденных),
19. Препятствующих отбору в профессиональный спорт;
20. Клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечения физического перенапряжения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, функции печени и почек;
21. Классификацию спортивных травм, методы профилактики, оказания неотложной помощи, лечения и спортивной реабилитации;
22. Систему восстановления и повышения специальной спортивной работоспособности;
23. программу медицинского обследования лиц, занимающихся массовыми видами спорта, оздоровительной физкультурой и физвоспитанием;
24. Принципы оздоровительного спорта, диагностики физического здоровья и оценки эффективности оздоровления;
25. Сочетание форм, средств и методов оздоровительного спорта в рецептуре здорове сохраняющих и здоровье восстанавливающих медицинских технологий;
26. Программу углубленного медицинского обследования спортсменов сборных команд России и их ближайшего резерва.

Трудоемкость освоения - 576 академических часов (4 месяца).

Основными компонентами Программы являются:

- общие положения;
- планируемые результаты обучения;
- учебный план;
- календарный учебный график;
- рабочие программы учебных модулей: "Фундаментальные дисциплины", "Специальные дисциплины", "Смежные дисциплины";
- организационно-педагогические условия;
- формы аттестации;
- оценочные материалы <1>.

-----

<1> Пункт 9 приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. N 499 "Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам", (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 20 августа 2013 г., регистрационный N 29444) с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 г. N 1244 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 января 2014 г., регистрационный N 31014).

**4.4.** Для формирования профессиональных компетенций, необходимых для оказания медицинской помощи больным, в программе отводятся часы на обучающий симуляционный курс (далее - ОСК).

Обучающий симуляционный курс состоит из двух компонентов:

1) ОСК, направленный на формирование общепрофессиональных умений и навыков;

2) ОСК, направленный на формирование специальных профессиональных умений и навыков.

**4.5.** Содержание Программы построено в соответствии с модульным принципом, структурными единицами модулей являются разделы. Каждый раздел дисциплины подразделяется на темы, каждая тема - на элементы, каждый элемент - на подэлементы. Для удобства пользования Программой в учебном процессе каждая его структурная единица кодируется. На первом месте ставится код раздела дисциплины (например, 1), на втором - код темы (например, 1.1), далее - код элемента (например, 1.1.1), затем - код подэлемента (например, 1.1.1.1). Кодировка вносит определенный порядок в перечень вопросов, содержащихся в Программе, что, в свою очередь, позволяет кодировать контрольно-измерительные (тестовые) материалы в учебно-методическом комплексе (далее - УМК).

**4.6.** Учебный план определяет состав изучаемых дисциплин с указанием их трудоемкости, объема, последовательности и сроков изучения, устанавливает формы организации учебного процесса и их соотношение (лекции, обучающий симуляционный курс, семинарские и практические занятия, применение дистанционного обучения), конкретизирует формы

контроля знаний и умений обучающихся. Планируемые результаты обучения направлены на формирование профессиональных компетенций врача по лечебной физкультуре. В планируемых результатах отражается преемственность с профессиональными стандартами и квалификационной характеристикой должности врача по лечебной физкультуре. <2>.

-----  
<2> Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23 июля 2010 г. N 541н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 августа 2010 г., регистрационный N 18247).

**4.7.** В Программе содержатся требования к аттестации обучающихся. Итоговая аттестация осуществляется посредством проведения экзамена и выявляет теоретическую и практическую подготовку обучающегося в соответствии с целями и содержанием Программы.

**4.8.** Организационно-педагогические условия реализации Программы включают учебно-методическое обеспечение учебного процесса освоения модулей специальности (тематика лекционных, семинарских и практических занятий).

#### **4.9. Характеристика профессиональной деятельности обучающихся:**

**- область профессиональной деятельности** включает охрану здоровья граждан путем обеспечения оказания высококвалифицированной медицинской помощи в соответствии с установленными требованиями и стандартами в сфере здравоохранения;

**- основная цель вида профессиональной деятельности:** Профилактика, диагностика нарушений функций и структур организма человека и последовавших за ними ограничений жизнедеятельности вследствие заболеваний и (или) состояний и медицинская реабилитация пациентов с указанными ограничениями и нарушениями в процессе оказания медицинской помощи;

**- обобщенные трудовые функции:** Проведение медицинской реабилитации пациентов, имеющих нарушения функций и структур организма человека и последовавшие за ними ограничения жизнедеятельности, при заболеваниях и (или) состояниях.

Применение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях;

**- трудовые функции:**

**A/01.8** Проведение обследования пациентов с целью выявления нарушений функций и структур организма человека и последовавших за ними ограничений жизнедеятельности;

**A/02.8** Назначение мероприятий по медицинской реабилитации пациентов, имеющих нарушения функций и структур организма человека и последовавшие за ними ограничения жизнедеятельности, контроль их эффективности и безопасности;

**A/03.8** Проведение и контроль эффективности и безопасности медицинской реабилитации пациентов, имеющих нарушения функций и структур организма человека и последовавших за ними ограничений жизнедеятельности, в том числе при реализации индивидуальных программ медицинской реабилитации или абилитации инвалидов;

**A/04.8** Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни, санитарно-гигиеническому просвещению населения;

**A/05.8** Проведение анализа медико-статистической информации, ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала;

**A/06.8** Оказание медицинской помощи пациентам в экстренной форме;

**D/01.8** Проведение обследования пациентов с заболеваниями и (или) состояниями с целью назначения лечебной физкультуры

**D/02.8** Назначение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях

**D/03.8** Проведение и контроль эффективности применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации и абилитации инвалидов

**D/04.8** Проведение и контроль эффективности применения лечебной физкультуры в мероприятиях по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения

**D/05.8** Проведение анализа медико-статистической информации, ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала

**D/06.8** Оказание медицинской помощи в экстренной форме

- **вид программы:** практикоориентированная.

#### **4.10. Контингент обучающихся:**

- **по смежным специальностям:** при наличии подготовки в интернатуре/ординатуре по одной из специальностей: "Авиационная и космическая медицина", "Акушерство и гинекология", "Анестезиология-реаниматология", "Детская кардиология", "Детская онкология", "Детская урология-андрология", "Детская хирургия", "Детская эндокринология", "Гастроэнтерология", "Гематология", "Гериатрия", "Кардиология", "Колопроктология", "Мануальная терапия", "Нефрология", "Неврология", "Неонатология", "Нейрохирургия", "Общая врачебная практика (семейная медицина)", "Онкология", "Педиатрия", "Пластическая хирургия", "Профпатология", "Пульмонология", "Ревматология", "Рефлексотерапия", "Сердечно-сосудистая хирургия", "Скорая медицинская помощь", "Терапия", "Торакальная хирургия", "Травматология и ортопедия", "Хирургия", "Детская онкология", "Урология", "Физиотерапия", "Фтизиатрия", "Хирургия", "Челюстно-лицевая хирургия", "Эндокринология".

---

<sup>1</sup> Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от «25» августа 2014 г. N 1081 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации)" (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 22 октября 2014 г., регистрационный N 34389).

<sup>2</sup> Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 03.09.2018 г. № 572н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по медицинской реабилитации» (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 17 сентября 2018 г., регистрационный №52162 ).

## **5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

Планируемые результаты обучения направлены на формирование профессиональных компетенций врача по лечебной физкультуре. В

планируемых результатах отражается преемственность с профессиональным стандартом и квалификационной характеристикой должности врача по лечебной физкультуре.

## **Характеристика компетенций <1> врача по лечебной физкультуре, подлежащих совершенствованию**

### **5.1. Профессиональные компетенции (далее - ПК):**

#### **профилактическая деятельность:**

- предупреждение возникновения заболеваний среди населения путем проведения профилактических и противоэпидемических мероприятий;
- проведение профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения;
- проведение профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения;
- проведение сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья населения различных возрастно-половых групп, характеризующих состояние их здоровья;

#### **диагностическая деятельность:**

- диагностика заболеваний и патологических состояний пациентов на основе владения пропедевтическими, лабораторными, инструментальными и иными методами исследования;
- диагностика неотложных состояний;
- диагностика беременности;
- проведение медицинской экспертизы;

#### **лечебная деятельность:**

- оказание специализированной медицинской помощи;
- участие в оказании скорой медицинской помощи при состояниях, требующих срочного медицинского вмешательства;
- оказание медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе участие в медицинской эвакуации;

#### **реабилитационная деятельность:**

- проведение медицинской реабилитации

#### **психолого-педагогическая деятельность:**



- формирование у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;

#### **организационно-управленческая деятельность:**

- применение основных принципов организации оказания медицинской помощи в медицинских организациях и их структурных подразделениях;
  - организация и управление деятельностью медицинских организаций, и их структурных подразделений;
  - организация проведения медицинской экспертизы;
  - организация оценки качества оказания медицинской помощи пациентам;
  - ведение учетно-отчетной документации в медицинской организации;
  - создание в медицинских организациях и их структурных подразделениях благоприятных условий для пребывания пациентов и трудовой деятельности медицинского персонала с учетом требований техники безопасности и охраны труда;
- соблюдение основных требований информационной безопасности.

#### **Универсальные компетенции (далее – УК):**

- готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (УК-1);
- готовность к управлению коллективом, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (УК-2);

#### **Профессиональные компетенции (далее – ПК):**

- 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, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения лиц, занимающихся спортом. (ПК-2);
- готовность к проведению противоэпидемических мероприятий, организации защиты населения в очагах особо опасных инфекций, при ухудшении радиационной обстановки, стихийных бедствиях и иных чрезвычайных ситуациях (ПК-3);

- готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья взрослого населения и подростков (ПК-4);
- готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-5);
- готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6);
- готовность к оказанию медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе участию в медицинской эвакуации (ПК-7);
- готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-8);
- готовность к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих (ПК-9);
- готовность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях (ПК-10);
- готовность к участию в оценке качества оказания медицинской помощи с использованием основных медико-статистических показателей (ПК-11);

**5.2. Объем программы:** 576 академических часов.

### **5.3. Форма обучения, режим и продолжительность занятий**

<b>График обучения</b>	<b>Акад. часов в день</b>	<b>Дней в неделю</b>	<b>Общая продолжительность программы, месяцев (дней, недель)</b>
<b>Форма обучения</b> Очная (с использованием ДОТ, + использование симуляционного обучения)	6	6	4 месяца

Программа повышения квалификации реализуется с использованием ДОТ и ЭО на дистанционной площадке – «Автоматизированная система ДПО ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России (sdo.rostgmu.ru) (далее - система)». В системе представлены учебные материалы, тестовые задания по темам учебных модулей программ. Система позволяет проводить онлайн-лекции и

семинарские занятия в удаленном режиме синхронно взаимодействовать слушателю с преподавателем.

### Обучающий симуляционный курс

Ситуации	Проверяемые трудовые функции	Симуляционное и вспомогательное оборудование	Расходные материалы	Задачи симуляции
<b>Базовая сердечно – легочная реанимация взрослых</b>				
Сердечно-легочная реанимация с применением автоматического наружного дефибриллятора	В/06.8 Оказание медицинской помощи пациентам в экстренной форме	Манекен взрослого для обучения СЛР с возможной компьютерной регистрацией результатов Учебный автоматический наружный дефибриллятор Мягкий коврик для аккредитуемого лица	Антисептик для обработки контактных поверхностей Запасные и сменные элементы для обеспечения работы манекена и учебного АНД	Демонстрация лицом умения на своем рабочем месте оказывать помощь пациенту без признаков жизни, выполнять мероприятия базовой сердечно – легочной реанимации (далее – СЛР), в том числе с использованием автоматического наружного дефибриллятора (далее – АНД), находящегося в доступности.
<b>Экстренная медицинская помощь</b>				
Экстренная медицинская помощь при 1. Остром коронарном синдроме (кардиогенный шок) 2. Остром коронарном синдроме (кардиогенном отеке легких) 3. Остром нарушении	В/06.8 Оказание медицинской помощи пациентам в экстренной форме	Многофункциональный робот-симулятор (модель взрослого пациента), позволяющий оценить состояние, выделить ведущие синдромы и оказать медицинскую помощь, в	Запасные и сменные элементы для обеспечения работы манекена и учебной укладки	Демонстрация лицом навыков обследования пациента с резким ухудшением состояния в условиях амбулаторно-поликлинической медицинской организации (МО), умения

<p>мозгового кровообращения 4. Внутреннем кровотоке 5. Анафилактическом шоке 6. Бронхообструктивном синдроме 7. Тромбоэмболии легочной артерии 8. Спонтанном пневмотораксе 9. Гипогликемии 10. Гипергликемии</p>		<p>комплекте с оборудованием для проведения общемедицинских диагностических и лечебных вмешательств Тренажер для дренирования грудной клетки Учебная укладка для оказания экстренной медицинской помощи (включая, мануальный дефибриллятор, аппарат для регистрации ЭКГ, небулайзер)</p>		<p>использовать оснащение укладки экстренной медицинской помощи и распознавать остановку кровообращения с использованием при необходимости и мануального дефибриллятора.</p>
<b>Коммуникация</b>				
<p>Ситуации*: Коммуникация с пациентом в ситуации: 1. Сбора жалоб и анамнеза 2. *Консультирование 3. *«Трудный» пациент</p>	<p>A/01.8 Проведение обследования пациентов с целью выявления нарушений функций и структур организма человека и последовавших за ними ограничений жизнедеятельности A/04.8 Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни, санитарно - гигиеническому</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Не требуется</p>	<p>Демонстрация лицом навыков пациент-ориентированного общения с целью разъяснения пациенту необходимой информации и создания условий его приверженности и назначениям врача</p>

	просвещению населения			
<b>Диагностические методы лечебной физкультуры</b>				
1. Оценка мышечной силы  2. Оценка выносливости к статической нагрузке	D/03.8 Проведение и контроль эффективности применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации или абилитации инвалидов	Антисептик для обработки рук и контактных поверхностей одноразовая простыня, кушетка, стул . Комплект оборудования для проведения лечебной физкультуры (секундомер, динамометр ручной пружинный, весы медицинские.	Не требуется	Демонстрация лицом своего поведения на рабочем месте при проведении диагностических методов лечебной физкультуры.
<b>Определение функционального состояния с целью назначения лечебной физкультуры</b>				
1.Определение антропометрических показателей. 2.Определение функционального состояния дыхательной и вегетативной нервной системы.	D/03.8 Проведение и контроль эффективности применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе при реализации индивидуальных программ реабилитации или абилитации инвалидов	Антисептик для обработки рук и контактных поверхностей одноразовая простыня, кушетка, стул. Комплект оборудования для проведения лечебной физкультуры (сантиметровая лента, секундомер, динамометр ручной пружинный, ростомер, весы медицинские, калипер).	Не требуется	Демонстрация лицом своего поведения на рабочем месте при проведении определения функционального состояния с целью назначения лечебной физкультуры.

--	--	--	--	--

## 6. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### распределения учебных модулей

дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки врачей по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» на тему «*Лечебная физкультура и спортивная медицина*»

(срок освоения 576 академических часов)

Код	Наименование разделов модулей	Всего часов	В том числе				Из них		Форма контроля
			лекции	ПЗ	СЗ	СР	ОСК	ДО	
	Рабочая программа учебного модуля «Специальные дисциплины»								
1.	Организация лечебной физкультуры	8	2	4	2				ТК
2.	Организация спортивной медицины	8	2	4	2				ТК
3.	Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности	14	4	4	4	2		2	ТК
4.	Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки. Гигиена физических упражнений	8	4	2	2				ТК
5.	Определение и оценка физического развития	8	2	2	2	2		2	ТК
6.	Функциональные методы исследований в спортивной медицине и лечебной физкультуре	20	6	8	4	2		2	ТК

7.	Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации	30	6	16	6	2		2	ТК
8.	Физическая реабилитация больных в клинике внутренних болезней	49	14	19	14	2	4	2	ТК
9.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата	41	12	16	11	2		2	ТК
10.	Физическая реабилитация больных в хирургии и нейрохирургии	18	4	6	8				ТК
11.	Физическая реабилитация больных в клинике нервных болезней	33	6	15	10	2		2	ТК
12.	Физическая реабилитация больных в акушерстве и гинекологии	20	2	10	6	2		2	ТК
13.	Лечебная физкультура в стоматологии, офтальмологии, оториноларингологии	20	2	10	6	2		2	ТК
14.	Физическая реабилитация в педиатрии	55	24	15	14	2		2	ТК
15.	Врачебный контроль за занимающимися физической культурой	28	4	16	6	2		2	ТК
16.	Спортивная медицина	57	16	22	17	2			ТК
17.	Заболевания и травмы у спортсменов	30	4	22	4		2		ТК
18.	Система восстановления и повышения спортивной работоспособности	20	4	8	8				ТК
19.	Массаж	55	10	29	14	2		2	ТК
Рабочая программа учебного модуля «Смежные дисциплины»									
20.	Модуль	48	30		18				ПК

	«Мобилизационная подготовка и гражданская оборона в сфере здравоохранения»								
Итоговая аттестация	6			6					Экзамен
Всего	576	158	228	158	26	6			

ПЗ - практические занятия, СЗ - семинарские занятия.

ОСК – обучающий симуляционный курс.

ДО – дистанционное обучение.

ПК - промежуточный контроль.

ТК - текущий контроль.

## 7. Календарный учебный график

Учебные модули	1 Месяц			
	1 неделя (часы)	2 неделя (часы)	3 неделя (часы)	4 неделя (часы)
Фундаментальные дисциплины	36	12	-	-
Специальные дисциплины	-	24	36	36
Смежные дисциплины	-	-	-	-
Итоговая аттестация	-	-	-	-

Учебные модули	2 Месяц			
	5 неделя (часы)	6 неделя (часы)	7 неделя (часы)	8 неделя (часы)
Фундаментальные дисциплины	-	-	-	-
Специальные дисциплины	36	36	36	36
Смежные дисциплины	-	-	-	-
Итоговая аттестация	-	-	-	-



Учебные модули	3 Месяц			
	9 неделя (часы)	10 неделя (часы)	11 неделя (часы)	12 неделя (часы)
Фундаментальные дисциплины	-	-	-	-
Специальные дисциплины	36	36	36	36
Смежные дисциплины	-	-	-	-
Итоговая аттестация	-	-	-	-

Учебные модули	4 Месяц			
	13 неделя (часы)	14 неделя (часы)	15 неделя (часы)	16 неделя (часы)
Фундаментальные дисциплины	-	-	-	-
Специальные дисциплины	36	36	18	-
Смежные дисциплины	-	-	18	30
Итоговая аттестация	-	-	-	6

## 8. Рабочие программы учебных модулей

### Рабочая программа учебного модуля

#### «Специальные дисциплины»

##### Раздел 1

#### Организация лечебной физкультуры

Код	Наименования тем, элементов
<b>1.</b>	<b>Организация лечебной физкультуры</b>
1.1	Организация, реабилитация больных и инвалидов

1.1.1	Средства лечебной физической культуры
1.1.2	Формы и методы лечебной физической культуры
1.1.3	Трудотерапия (энерготерапия)
1.1.4	Двигательные режимы
1.2	Медицинская этика и деонтология
1.3	Санитарно-просветительская работа

## Раздел 2

### Организация спортивной медицины

Код	Наименования тем, элементов
<b>2.</b>	<b>Организация спортивной медицины</b>
2.1	Организационные основы спортивной медицины
2.2	Медицинская этика и деонтология
2.3	Санитарно-просветительская работа

## Раздел 3

### Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности

Код	Наименования тем, элементов
<b>3</b>	<b>Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности</b>
3.1.	Физиология физических упражнений
3.3.	Биохимия мышечной деятельности
3.4.	Динамическая анатомия

## Рабочая программа учебного модуля

### «Специальные дисциплины»

#### Раздел 4

#### Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки

<b>Код</b>	<b>Наименования тем, элементов</b>
<b>4.</b>	<b>Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки. Гигиена физических упражнений</b>
4.1	Теория и методика физического воспитания
4.2	Основы спортивной тренировки
4.3	Гигиена физических упражнений и спортивных сооружений

#### Раздел 5

#### Определение и оценка физического развития

<b>Код</b>	<b>Наименования тем, элементов</b>
<b>5.</b>	<b>Определение и оценка физического развития</b>
5.1	Определение физического развития и методы оценки

#### Раздел 6

#### Функциональные методы исследований в спортивной медицине и лечебной физкультуре

<b>Код</b>	<b>Наименования тем, элементов</b>
<b>6.</b>	<b>Функциональные методы исследований в спортивной медицине и лечебной физкультуре</b>
6.1.	Функциональные исследования системы кровообращения при физических нагрузках

6.2.	Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках
6.3.	Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках
6.4	Методы биохимического и иммунологического контроля в спорте

## Раздел 7

### Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации

Код	Наименования тем, элементов
<b>7.</b>	<b>Средства и формы лечебной физкультуры и реабилитации</b>
7.1.	Метод физической реабилитации и его характерные особенности
7.2.	Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре
7.3	Формы физической реабилитации
7.4.	Лечебно-оздоровительные формы физкультуры
7.5.	Психофизическая тренировка
7.6.	Мануальная терапия позвоночника и суставов
7.6.1	Теоретические основы мануальной терапии
7.6.2	Мануальная диагностика
7.6.3	Терапевтические приемы
7.7.	Спорт инвалидов

## Раздел 8

### Физическая реабилитация больных в клинике внутренних болезней

Код	Наименования тем, элементов
<b>8.</b>	<b>Физическая реабилитация больных в клинике внутренних болезней</b>
8.1.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы
8.1.1	Физическая реабилитация больных при ишемической болезни сердца
8.1.2	Физическая реабилитация больных при гипертонической болезни
8.1.3	Физическая реабилитация больных при артериальной гипотензии
8.1.4	Физическая реабилитация больных инфарктом миокарда стационарный этап реабилитации
8.1.5	Физическая реабилитация больных инфарктом миокарда поликлинический этап реабилитации
8.1.6	Физическая реабилитация больных инфарктом миокарда санаторный этап реабилитации
8.2.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания
8.2.1	Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК
8.2.2	Средства ЛФК на стационарном этапе восстановительного лечения
8.2.3	Средства ЛФК на поликлиническом (санаторном) этапе восстановительного лечения
8.2.4	Средства ЛФК после оперативных вмешательств на легких
8.3.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения
8.3.1	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки
8.3.2	Хронический гастрит
8.3.3	Дискинезии желчных путей
8.3.4	Хронический холецистит

8.3.5	Спланхноптоз
8.3.6	Средства ЛФК после оперативных вмешательств на органах брюшной полости
8.4.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена
8.4.1	ЛФК при ожирении
8.4.2	ЛФК при диабете
8.4.3	ЛФК при подагре
8.5.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей
8.6.	Физическая реабилитация больных лучевой болезнью

## Раздел 9

### **Физическая реабилитация больных с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата**

Код	Наименования тем, элементов
<b>9.</b>	<b>Физическая реабилитация больных с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата</b>
9.1.	Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата
9.1.1	Переломы костей
9.1.2	Повреждения плечевого сустава
9.1.3	Повреждения локтевого сустава
9.1.4	Переломы проксимального отдела бедра
9.1.5	Повреждения коленного сустава
9.1.6	Повреждения сухожилий
9.1.7	Повреждения позвоночника

9.1.8	Повреждения костей таза
9.1.9	Ампутация конечностей
9.1.10	Множественные повреждения опорно-двигательного аппарата
9.2.	Физическая реабилитация больных при с заболеваниями опорно-двигательного аппарата
9.2.1	Артрозы
9.2.2	Клинико-рентгенологическая картина артроза
9.2.3	Средства ЛФК в терапии артроза
9.3.	Физическая реабилитация больных при с деформацией опорно-двигательного аппарата
9.3.1	ЛФК при лечении дефектов осанки
9.3.2	Массаж при нарушениях осанки
9.3.3	ЛФК при сколиозе
9.3.4	Массаж при сколиозе
9.4.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях челюстно-лицевой области

## Раздел 10

### Физическая реабилитация больных в хирургии и нейрохирургии

Код	Наименования тем, элементов
<b>10.</b>	<b>Физическая реабилитация больных в хирургии и нейрохирургии</b>
10.1.	Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных
10.2.	Физическая реабилитация больных в нейрохирургии

## Раздел 11

### Физическая реабилитация больных в клинике нервных болезней

Код	Наименования тем, элементов
<b>11.</b>	<b>Физическая реабилитация больных в клинике нервных болезней</b>
11.1.	Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы
11.1	Восстановительное лечение больных, перенесших инсульт
11.2.	Физическая реабилитация больных при болезнях периферической нервной системы
11.2.1	Повреждения периферической нервной системы
11.2.2	Неврит лицевого нерва
11.2.3	Остеохондроз шейного отдела позвоночника
11.2.4	Остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника
11.3	Массаж в реабилитации неврологических больных

## Раздел 12

### Физическая реабилитация больных в акушерстве и гинекологии

Код	Наименования тем, элементов
<b>12.</b>	<b>Физическая реабилитация больных в акушерстве и гинекологии</b>
12.1.	Физические упражнения в акушерстве
12.1.1	Физические упражнения при беременности
12.1.2	Физические упражнения в послеродовом периоде
12.2.	Физическая реабилитация больных в гинекологии
12.3	Массаж в акушерстве и гинекологии



## Раздел 13

### Лечебная физкультура в стоматологии, офтальмологии, оториноларингологии

Код	Наименования тем, элементов
<b>13.</b>	<b>Лечебная физкультура в стоматологии, офтальмологии, оториноларингологии</b>
13.1.	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области
13.2.	Лечебная физкультура в офтальмологии
13.3.	Лечебная физкультура в оториноларингологии

## Раздел 14

### Физическая реабилитация в педиатрии

Код	Наименования тем, элементов
<b>14.</b>	<b>Физическая реабилитация в педиатрии</b>
14.1	Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях
14.2	Анатомо-физиологические особенности развития детей
14.3	Методика лечебной физкультуры у детей
14.4	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой
14.5	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей
14.6	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей
14.7	Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей

14.8	Лечебная физкультура в детской хирургии
14.9	Лечебная физкультура в клинике нервных болезней
14.10	Физическое воспитание и лечебная физкультура у недоношенных детей
14.11	Лечебная физкультура в детской офтальмологии

## Раздел 15

### Врачебный контроль за занимающимися физической культурой

Код	Наименования тем, элементов
<b>15</b>	<b>Врачебный контроль за занимающимися физической культурой</b>
15.1	Врачебный контроль за физическим воспитанием
15.2	Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры

## Раздел 16

### Спортивная медицина

Код	Наименования тем, элементов
<b>16.</b>	<b>Спортивная медицина</b>
16.1.	Медико-биологические проблемы отбора в спорте
16.2.	Диспансеризация спортсменов
16.3.	Углубленное медицинское обследование спортсменов
16.4.	Тестирование физической работоспособности
16.5.	Врачебно-педагогические наблюдения
16.6.	Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом

16.7.	Роль врача в управлении тренировочным процессом
16.8.	Антидопинговый контроль
16.9.	Питание спортсменов
16.10.	Биоритмы в спорте
16.11.	Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований

## Раздел 17

### Заболевания и травмы у спортсменов

Код	Наименования тем, элементов
<b>17.</b>	<b>Заболевания и травмы у спортсменов</b>
17.1.	Профилактика заболеваний спортсменов
17.2.	Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы
17.3.	Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов
17.4.	Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов
17.5.	Спортивные травмы

## Раздел 18

### Система восстановления и повышения спортивной работоспособности

Код	Наименования тем, элементов
<b>18.</b>	<b>Система восстановления и повышения спортивной работоспособности</b>
18.1.	Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе
18.2.	Методы восстановления спортивной работоспособности

## Раздел 19

### Массаж

<b>Код</b>	<b>Наименования тем, элементов</b>
<b>19.</b>	<b>Массаж</b>
19.1.	Общие основы массажа
19.1.2	Виды массажа
19.1.3	Физиологическое влияние массажа на организм
19.2.	Лечебный массаж
19.2.1	Сегментарно-рефлекторный масса
19.2.2	Точечный массаж
19.3.	Спортивный массаж
19.4.	Массаж у детей

### Рабочая программа учебного модуля

#### «Смежные дисциплины»

## Раздел 20

### Мобилизационная подготовка и гражданская оборона в сфере здравоохранения

<b>Код</b>	<b>Наименования тем, элементов</b>
20.1	Обороноспособность и мобилизационная подготовка здравоохранения Российской Федерации
20.2	Организация медицинского обеспечения боевых действий войск

## 9. Организационно-педагогические условия

### Тематика лекционных занятий

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
1.	1.	Организация лечебной физкультуры, реабилитация больных и инвалидов	2
2.	2.	Организационные основы спортивной медицины	2
3.	3.	Физиология физических упражнений	2
3.	4.	Динамическая анатомия	2
4.	5.	Теория и методика физического воспитания	2
4.	6.	Основы спортивной тренировки	2
5.	7.	Определение физического развития и методы оценки	2
6.	8.	Функциональные исследования системы кровообращения при физических нагрузках	2
6.	9.	Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках	2
6.	10.	Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках	2
7.	11.	Метод физической реабилитации и его характерные особенности	2
7.	12.	Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре	2
7.	13.	Формы физической реабилитации	2
8.	14.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	4

8.	15.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания	2
8.	16.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения	2
8.	17.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена	2
8.	18.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей	2
8.	19.	Физическая реабилитация больных лучевой болезнью	2
9.	20.	Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата	4
9.	21.	Физическая реабилитация больных при с заболеваниями опорно-двигательного аппарата	4
9.	22.	Физическая реабилитация больных при с деформацией опорно-двигательного аппарата	2
9.	23.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях челюстно-лицевой области	2
10.	24.	Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных	2
10.	25.	Физическая реабилитация больных в нейрохирургии	2
11.	26.	Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы	2
11.	27.	Физическая реабилитация больных при болезнях периферической нервной системы	2
11.	28.	Массаж в реабилитации неврологических больных	2

12. 12.1.1 12.1.2	29.	Физические упражнения в акушерстве	2
13.	30.	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области	2
14	31.	Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях	2
14	32.	Анатомо-физиологические особенности развития детей	2
14.	33.	Методика лечебной физкультуры у детей	2
14.	34.	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой	2
14.	35.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей	4
14.	36.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей	2
14.	37.	Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей	2
14.	38.	Лечебная физкультура в детской хирургии	2
14.	39.	Лечебная физкультура в клинике нервных болезней	2
14.	40.	Физическое воспитание и лечебная физкультура у недоношенных детей	2
14	41.	Лечебная физкультура в детской офтальмологии	2
15.	42.	Врачебный контроль за физическим воспитанием	2
15.	43.	Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры	2
16.	44.	Медико-биологические проблемы отбора в спорте	2

16.	45.	Диспансеризация спортсменов	2
16.	46.	Углубленное медицинское обследование спортсменов	2
16.	47.	Тестирование физической работоспособности	2
16.	48.	Врачебно-педагогические наблюдения	2
16.	49.	Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом	2
16.	50.	Антидопинговый контроль	2
16.	51.	Медико-биологическое обеспечение спортсменов в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований	2
17.	52.	Профилактика заболеваний спортсменов	2
17.	53.	Спортивные травмы	2
18.	54.	Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе	2
18.	55.	Методы восстановления спортивной работоспособности	2
19.	56.	Общие основы массажа	4
19.	57.	Лечебный массаж	2
19.	58.	Спортивный массаж	2
19.	59.	Массаж у детей	2
<b>Итого</b>			<b>128</b>



## Тематика семинарских занятий

№ раздела	№ с	Темы семинаров	Кол-во часов
1.	1.	Организация лечебной физкультуры. Санитарно-просветительская работа	2
2.	2.	Организация спортивной медицины. Санитарно-просветительская работа	2
3.	3.	Динамическая анатомия	4
3.	4.	Теория и методика физического воспитания	2
4.	5.	Определение физического развития и методы оценки	2
4.	6.	Функциональные исследования системы кровообращения при физических нагрузках	2
5.	7.	Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках	2
6.	8.	Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре	2
6.	9.	Лечебно-оздоровительные формы физкультуры	2
6.	10.	Психофизическая тренировка	2
7.	11.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	4
7.	12.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания	2
7.	13.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения	2
8.	14.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена	2

8.	15.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей	2
8.	16.	Физическая реабилитация больных лучевой болезнью	2
8.	17.	Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата	2
8.	18.	Физическая реабилитация больных при с заболеваниями опорно-двигательного аппарата	2
8.	19.	Физическая реабилитация больных при с деформацией опорно-двигательного аппарата	3
9.	20.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях челюстно-лицевой области	4
9.	21.	Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных в нейрохирургии	4
9.	22.	Физическая реабилитация больных в нейрохирургии	4
9.	23.	Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы	2
11.	24.	Физическая реабилитация больных при болезнях периферической нервной системы	4
10.	25.	Массаж в реабилитации неврологических больных	4
10.	26.	Физические упражнения в акушерстве	2
11.	27.	Физическая реабилитация больных в гинекологии	2
11.	28.	Массаж в акушерстве и гинекологии	2
11.	29.	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области	2

12. 12.1.1 12.1.2	30.	Лечебная физкультура в офтальмологии	2
13.	31.	Лечебная физкультура в оториноларингологии	2
14	32.	Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях	2
14	33.	Анатомо-физиологические особенности развития детей	2
14.	34.	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой	2
14.	35.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей	2
14.	36.	Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей	2
14.	37.	Лечебная физкультура в клинике нервных болезней	2
14.	38.	Физическое воспитание и лечебная физкультура у недоношенных детей	2
14.	39.	Врачебный контроль за физическим воспитанием	4
14.	40.	Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры	2
14.	41.	Медико-биологические проблемы отбора в спорте	2
14	42.	Диспансеризация спортсменов	3
15.	43.	Углубленное медицинское обследование спортсменов	2
15.	44.	Тестирование физической работоспособности	2
16.	45.	Врачебно-педагогические наблюдения	2

16.	46.	Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом	2
16.	47.	Роль врача в управлении тренировочным процессом	2
16.	48.	Антидопинговый контроль	2
16.	49.	Профилактика заболеваний спортсменов	2
16.	50.	Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы	2
16.	51.	Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе	4
17.	52.	Методы восстановления спортивной работоспособности	4
18.	53.	Общие основы массажа	5
18.	54.	Лечебный массаж	2
19.	55.	Спортивный массаж	5
19.	56.	Массаж у детей	2
<b>Итого</b>			<b>140</b>

### Тематика практических занятий

№ раздела	№ ПЗ	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
1.	1.	Организация лечебной физкультуры. Организация, реабилитация больных и инвалидов	2	Зачет
2.	2.	Организация лечебной физкультуры. Медицинская этика и деонтология	2	Зачет

1.	3.	Организационные основы спортивной медицины	2	Зачет
3.	4.	Организация спортивной медицины. Медицинская этика и деонтология	2	Зачет
3.	5.	Физиология физических упражнений	2	Зачет
3.	6.	Биохимия мышечной деятельности	2	Зачет
4.	7.	Гигиена физических упражнений и спортивных сооружений	2	Зачет
5.	8.	Определение физического развития и методы оценки	2	Зачет
6.	9.	Функциональные исследования системы кровообращения при физических нагрузках	2	Зачет
6.	10.	Функциональные исследования дыхательной системы при физических нагрузках	2	Зачет
6.	11.	Функциональные исследования нервно-мышечной системы при физических нагрузках	4	Зачет
7	12.	Метод физической реабилитации и его характерные особенности	4	Зачет
7.	13.	Систематизация физических упражнений в лечебной физкультуре	2	Зачет
7.	14.	Формы физической реабилитации	2	Зачет
7.	15.	Лечебно-оздоровительные формы физкультуры	2	Зачет
7.	16.	Психофизическая тренировка	2	Зачет
7.	17.	Мануальная терапия позвоночника и суставов	2	Зачет
7.	18.	Спорт инвалидов	2	Зачет

8.	19.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	6	Зачет
8.	20.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания	4	Зачет
8.	21.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов пищеварения	2	Зачет
8.	22.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями обмена	2	Зачет
8	23.	Физическая реабилитация больных с заболеваниями почек и мочевыводящих путей	2	Зачет
9	24.	Физическая реабилитация больных лучевой болезнью	3	Зачет
9.	25.	Физическая реабилитация больных при травмах опорно-двигательного аппарата	5	Зачет
9.	26.	Физическая реабилитация больных при с заболеваниями опорно-двигательного аппарата	5	Зачет
9.	27.	Физическая реабилитация больных при с деформацией опорно-двигательного аппарата	4	Зачет
9	28.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях челюстно-лицевой области	2	Зачет
10.	29.	Физическая реабилитация при хирургическом лечении больных	4	Зачет
10.	30.	Физическая реабилитация больных в нейрохирургии	2	Зачет

11.	31.	Физическая реабилитация больных при болезнях центральной нервной системы	8	Зачет
11.	32.	Физическая реабилитация больных при болезнях периферической нервной системы	4	Зачет
11.	33.	Массаж в реабилитации неврологических больных	3	Зачет
12.	34.	Физические упражнения в акушерстве	5	Зачет
12.	35.	Физическая реабилитация больных в гинекологии	2	Зачет
12.	36.	Массаж в акушерстве и гинекологии	3	Зачет
13.	37.	Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области	5	Зачет
13.	38.	Лечебная физкультура в офтальмологии	3	Зачет
13.	39.	Лечебная физкультура в оториноларингологии	2	Зачет
14.	40.	Организация лечебной физкультуры в детских лечебно-профилактических учреждениях	2	Зачет
14.	41.	Анатомо-физиологические особенности развития детей	2	Зачет
14.	42.	Методика лечебной физкультуры у детей	1	Зачет
14.	43.	Функциональные исследования у детей при занятиях лечебной физкультурой	2	Зачет
14.	44.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов у детей	2	Зачет

14.	45.	Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей	2	Зачет
14.	46.	Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей	2	Зачет
14.	47.	Лечебная физкультура в клинике нервных болезней	2	Зачет
15.	48.	Врачебный контроль за физическим воспитанием	10	Зачет
15.	49.	Врачебный контроль при занятиях оздоровительными формами физической культуры	6	Зачет
16.	50.	Медико-биологические проблемы отбора в спорте	2	Зачет
16.	51.	Диспансеризация спортсменов	4	Зачет
16.	52.	Углубленное медицинское обследование спортсменов	2	Зачет
16.	53.	Тестирование физической работоспособности	2	Зачет
16.	54.	Врачебно-педагогические наблюдения	2	Зачет
16.	55.	Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом	2	Зачет
16.	56.	Роль врача в управлении тренировочным процессом	2	Зачет
16	57.	Антидопинговый контроль	2	Зачет
16.	58.	Питание спортсменов	2	Зачет
16.1	59.	Биоритмы в спорте	2	Зачет
16	60.	Профилактика заболеваний спортсменов	6	Зачет



17.	61.	Физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы	4	Зачет
17.	62.	Физическое перенапряжение других систем организма спортсменов	4	Зачет
17.	63.	Медицинская и спортивная реабилитация больных спортсменов	4	Зачет
17.	64.	Спортивные травмы	4	Зачет
18.	65.	Характеристика утомления и восстановления при интенсивной мышечной работе	4	Зачет
18.	66.	Методы восстановления спортивной работоспособности	4	Зачет
19.	67.	Общие основы массажа	6	Зачет
19.	68.	Лечебный массаж	10	Зачет
19.	69.	Спортивный массаж	10	Зачет
19.	70.	Массаж у детей	3	Зачет
<b>Итого</b>			228	

Программа повышения квалификации реализуется с использованием ДОТ и ЭО на дистанционной площадке – «Автоматизированная система ДПО ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России (sdo.rostgmu.ru) (далее - система)». В системе представлены учебные материалы, тестовые задания по темам учебных модулей программ. Система позволяет проводить онлайн-лекции и семинарские занятия в удаленном режиме синхронно взаимодействовать слушателю с преподавателем.

## 10. Формы аттестации

10.1. Итоговая аттестация по Программе проводится в форме экзамена и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку

врача по лечебной физкультуре. В соответствии с требованиями квалификационных характеристик и профессиональных стандартов.

10.2. Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения дисциплин в объеме, предусмотренным учебным планом.

10.3. Обучающиеся, освоившие программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ о дополнительном профессиональном образовании – диплом о профессиональной переподготовке.

## **11. Оценочные материалы**

### **11.1. Тематика контрольных вопросов:**

1. Основные принципы физической реабилитации больных.
2. Периоды лечебной физкультуры при травмах опорно-двигательного аппарата,
3. Целебная физкультура при остеохондрозе позвоночника.
4. Методика лечебной физкультуры при спастических параличах в остром и подостром периодах.
5. Определение и оценка физического развития.
6. Физическая реабилитация при гипертонической болезни.
7. Лечебная физкультура при бронхиальной астме.
8. Основа и техника классического массажа.
9. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости.
10. Игры при заболеваниях внутренних органов (дыхательной, сердечнососудистой, пищеварительной систем).
11. Массаж и гимнастика здоровых детей первого года жизни.
12. Значение физической реабилитации в восстановлении здоровья и работоспособности больных.
13. «Степени» свободы, оси вращений и плоскости движения.
14. Виды мышечной работы.
15. Биомеханика движений конечностей, позвоночника, грудной клетки.
16. Гигиена физкультуры.
17. Закаливание организма.
18. Методика измерения движений головы, позвоночника, конечностей.
19. Пробы с дозированной физической нагрузкой.

20. Определение физической работоспособности.
21. Методы исследования ФВД.
22. Характеристика физических упражнений.
23. Метод физической реабилитации и его характерные особенности.
24. Режимы двигательной активности в ЛПУ.
25. Этапная реабилитация больных инфарктом миокарда.
26. ЛФК при острой пневмонии.
27. ЛФК при гастритах.
28. ЛФК при опущении желудка и энтероптозе.
29. ЛФК при болезнях печени.
30. ЛФК при ожирении.
31. ЛФК при нефритах.
32. ЛФК при рахите и гипотрофии.
33. ЛФК при врожденном вывихе бедра.
34. ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения.
35. ЛФК при травмах верхних конечностей.
36. ЛФК при нарушениях осанки и деформациях позвоночника.
37. ЛФК при артритах.
38. ЛФК при повреждении периферических нервов.
39. Методика физических упражнений при беременности и в родах.
40. ЛФК при опущении матки и недержании мочи.
41. ЛФК. при воспалительных процессах матки и придатков.
42. Врачебный контроль над занимающимися оздоровительными формами физической культуры.
43. ЛФК при гипотонической болезни.
44. Массаж при остеохондрозе.
45. «5» типов реакции сердечно-сосудистой па физическую нагрузку.
46. Показания и противопоказания к ЛФК.
47. Оценка двигательной функции больных при вялых параличах но «5» системе.
48. Показания и противопоказания к назначению лечебного массажа.
49. ЛФК при артрозах.
50. ЛФК при операциях на сердце.

51. Врачебные обследования лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
52. Организация службы врачебного контроля.
53. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
54. Предмет и задачи спортивной медицины
55. Причины заболеваний у спортсменов
56. Влияние направленности тренировочного процесса на заболеваемость спортсменов
57. Реабилитация спортсменов после повреждений опорно-двигательного аппарата
58. Физическая культура и спорт в системе реабилитации инвалидов
59. Методы исследований, применяемые в спортивной медицине.

**11.2.Задания, выявляющие практическую подготовку** врача по лечебной физкультуре.

- Лечебная физкультура при ишемической болезни сердца.
- Лечебная физкультура при инфаркте миокарда.
- Методика лечебной физкультуры при гипертонической болезни.
- Лечебная физкультура при остром бронхите и острой пневмонии
- Лечебная физкультура при гастритах
- Методика лечебной физкультуры при язвенных болезнях желудка и 12-ти перстной кишки
- Методика лечебной физкультуры при колитах.
- Лечебная физкультура при болезнях печени, желчевыводящих путей
- Лечебная физкультура при болезнях обмена у детей (рахит, гипотрофия и др.)
- Лечебная физкультура при нефритах, пиелонефритах, почечнокаменной болезни
- Лечебная физкультура при нарушениях мозгового кровообращения
- Методика лечебной физкультуры при различных двигательных нарушениях (при спастических и вялых параличах и парезах)
- Методы и этапы реабилитации больных с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата
- Особенности методики лечебной физкультуры в послеоперационном периоде реабилитации больных с травмой опорно-двигательного аппарата

Методика лечебной физкультуры у детей

**11.3. Примеры тестовых заданий и ситуационных задач:**

**Задача 1.** Больная К., 22 года, перенесла правостороннюю бронхопневмонию средней тяжести, выписана из стационара в удовлетворительном состоянии с разрешением пневмонии. После выписки прошло две недели.

Вопросы:

1. Перечислите формы лечебной физкультуры, применимые к данной больной.
2. Определите период курса лечебной физкультуры, учитывая, что в стационаре она занималась лечебной физкультурой.

Ответ: Утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, массаж. Период лечебной физкультуры – заключительный.

**Задача 2.** Больной В., 30 лет, поступил в травматологическое отделение с компрессионным переломом 7-8 грудных позвонков без повреждения спинного мозга. С момента травмы прошло два дня, у больного температура тела  $38,2^{\circ}$ , боли в месте перелома.

Вопросы:

1. Показана ли лечебная гимнастика?
2. Какова причина противопоказания к лечебной гимнастике?

Ответ: Лечебная гимнастика не показана. Наличие высокой температуры и боли являются противопоказанием к назначению лечебной гимнастики.

**Задача 3.** В палате находятся 5 больных с различными повреждениями трубчатых костей с различными методами фиксации.

Вопросы:

1. Возможно ли проведение занятий лечебной гимнастики со всей палатой?
2. Определите, возможно ли проведение УГГ со всей палатой?

Ответ: Занятие лечебной гимнастикой со всей палатой невозможны. В данном случае применяется индивидуальный метод проведения лечебной гимнастики. Проведение УГГ со всей палатой возможно.

**Задача 4.** Больной 17 лет находится в стационаре с диагнозом: перелом правого бедра в средней трети. Прошел курс консервативного лечения методом скелетного вытяжения. Три дня назад вытяжение снято. Состояние

больного удовлетворительное, беспокоят боли в области коленного сустава, ограничение движений в суставе правой ноги.

Вопросы:

В каком лечебном периоде находится больной?

Ответ: Больной находится в постиммобилизационном периоде.

**Задача 5.** Больному 42 лет два дня назад произведена операция по поводу флегмонозного аппендицита. Состояние больного удовлетворительное, температура тела 37,3, пульс 84 уд. в мин., АД 120/90 мм.рт.ст., живот несколько вздут, болезненный при пальпации, перистальтика кишечника слабая, повязка сухая.

Вопросы: Перечислите гимнастические упражнения, необходимые больному в этот период?

Ответ: в этот период в занятия следует включать дыхательные упражнения (статического и динамического характера), активные движения во всех суставах верхних конечностей и нижних конечностей, без отрыва конечности от плоскости постели.

**Задача 6.** Студентка 1 курса, Е-в, 19 лет. Физическое развитие – ниже среднего. Диагноз: врожденное укорочение нижних конечностей и левой верхней конечности.

Вопросы: 1. Предположите наиболее вероятную медицинскую группу для занятий физкультурой. Дайте медицинскую характеристику группы. 2. Предположите наиболее вероятную допустимую физическую нагрузку для занятий физкультурой. 3. Определите необходимую учебную программу по физической культуре согласно допускаемой физической нагрузке?

Ответы: 1. Специальная: лица, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера с достаточной компенсацией. 2. Занятия по учебным программам физического воспитания при условии постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, дополнительные занятия для повышения уровня физической подготовленности и физического развития, без участия в соревнованиях.

3.Противопоказаны спортивные игры, занятия боксом, фехтованием, вело- и мотоспортом, альпинизмом, поднятие тяжестей, прыжки с шестом, прыжки на лыжах.

**Задача 7.** Больной У, 28 лет с переломом бедра, наложено скелетное вытяжение.

Вопросы: Назовите задачи лечебной физкультуры?

Ответ: Профилактика осложнений постельного режима.

**Задача 8.** Больному 42 лет два дня назад произведена операция по поводу флегмонозного аппендицита. Состояние больного удовлетворительное, температура тела 37.3, пульс 84 уд. в мин., АД 120/90 мм.рт.ст., живот несколько вздут, болезненный при пальпации, перистальтика кишечника слабая, повязка сухая.

Вопросы: Перечислите гимнастические упражнения, необходимые больному в этот период?

Ответ: в этот период в занятия следует включать дыхательные упражнения (статического и динамического характера), активные движения во всех суставах верхних конечностей и нижних конечностей, без отрыва конечности от плоскости постели

**Задача 9.** Больная 53 лет находится в стационаре по поводу абсцесса нижней доли правого легкого. Третьи сутки после удаления нижней доли правого легкого. Состояние больного средней тяжести, температура тела 37.5, пульс 82 уд. в мин., АД 130/80 мм.рт.ст., дыхание ослабленное, больше справа, справа влажные хрипы, ЧД 18 в мин.

Вопрос: Перечислите специальные упражнения?

Ответ: больной следует выполнять статические дыхательные упражнения и в том числе произвольное локализованное управляемое дыхание, динамические упражнения для мелких и средних мышечных групп

**Задача 10.** Больной 52 лет четыре дня назад был оперирован по поводу острой кишечной непроходимости. Состояние больной удовлетворительное. Температура тела 37.4°. По органам без особенностей.

Вопрос: Перечислите, какие упражнения необходимо рекомендовать больному с целью профилактики спаечного процесса?

Ответ: диафрагмальное дыхание, попеременное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (с приведением их к животу).

**Тестовый контроль:**

**1. Объем диспансерного наблюдения спортсменов включает**

- 1) общеклиническое исследование и определение физической работоспособности
- 2) консультации стоматолога, окулиста, отоларинголога пробу на С-реактивный
- 3) белок рентгенографию суставов
- 4) правильно &1) и &2)

**2. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме**

- 1) инструкций Комитета по физкультуре и спорту
- 2) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ
- 3) распоряжений вышестоящих должностных лиц
- 4) режима работы данного учреждения
- 5) норм врачебной этики и деонтологии

**3. Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физвоспитанием, исключая**



- 1) лица с физическими дефектами
- 2) подготовительная
- 3) основная
- 4) специальная

#### **4. Система организации врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом включает**

- врачебный контроль за спортсменами проводят врачи-терапевты поликлиник
- врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи-педиатры поликлиник
- врачебный контроль за спортсменами проводят врачебно-физкультурные диспансеры и кабинеты врачебного контроля поликлиник
- врачебный контроль за физвоспитанием учащихся проводят врачи по спорту ВФД и поликлиник
- правильно &3) и &4)

#### **5. Нормы нагрузки врача по спорту за физкультурниками и спортсменами составляют**

- при диспансерном углубленном обследовании - 30-50 мин
- при врачебном обследовании - 15-25 мин
- при прочих видах обращения спортсменов - 10 мин
- правильно &1) и &3)
- правильно &2) и &3)

#### **6. Профессиональные обязанности инструктора лечебной физкультуры с высшим образованием включают**

- проведение групповых занятий с больными
- проведение индивидуальных занятий с больными
- составление схем процедур лечебной гимнастики по формам и стадиям заболеваний
- составление комплексов физических упражнений к схемам процедур лечебной гимнастики
- все перечисленное

**7.Основными системами организма, обеспечивающими мышечную работу спортсмена, являются все перечисленные, кроме**

- нервной
- кардиореспираторной
- мышечной
- биохимических процессов
- кожной чувствительности

**8.Глубина изгибов позвоночника по отношению к вертикальной его оси составляет**

- шейный лордоз 1,5 см
- грудной кифоз 2,5 см
- грудной кифоз 3,5-4 см
- поясничный лордоз 4-5 см
- правильно все, кроме &3)

**9.Возраст первого "полуростового скачка" (максимальный прирост длины тел!) охватывает**

- 1) от 3 до 4 лет
- 2) от 5 до 6 лет
- 3) от 7 до 8 лет
- 4) от 9 до 10 лет

**10.Влияние систематических физических тренировок на центральную нервную систему проявляется**

- повышением силы нервных процессов
- улучшением подвижности нервных процессов
- ускорением проведения нервно-мышечного возбуждения
- формированием двигательного динамического стереотипа
- правильно все перечисленное

**11.При интенсивной физической нагрузке пировиноградная кислота в крови**

- остается без изменений

- снижается
- увеличивается
- может увеличиваться или снижаться

**12. Основными функциями печени являются все перечисленные, кроме**

- углеводного обмена
- жирового обмена
- белкового обмена
- симпатической регуляции

**13. Анатомо-физиологические предпосылки для развития стенотических явлений в верхних дыхательных путях у детей младшего возраста связаны**

- с узостью верхних дыхательных путей
- с обилием лимфоидной ткани
- с сухостью слизистых оболочек
- с частым неравномерным дыханием
- правильно &1) и &2)

**14. К специфическим факторам, определяющим деятельность спортсмена в циклических видах спорта, относятся все перечисленные, кроме**

- общей выносливости
- специальной выносливости
- возможности кардиореспираторной системы
- физической работоспособности
- координации движений

**15. Причинами спортивного травматизма, зависящими от нарушения гигиены в местах занятий спортом, являются все перечисленные, кроме**

- неровного или твердого грунта площадок
- скользкого пола гимнастических залов
- гладкого льда искусственного катка
- плохой освещенности мест занятий
- превышения нормы CO<sub>2</sub> в воздухе

**16. Основным видом отдачи тепла организмом при температуре воздуха +34°-35° является**

## **теплопроводение**

- теплоизлучение
- испарение
- конвекция
- радиация

**17. Норма относительной влажности воздуха для спортивно-тренировочных залов в холодный период года составляет**

- 30-35%
- 40-45%
- 50-55%
- 60-65%

**18. Принципы спортивной тренировки включают все перечисленное, кроме**

- направленности к максимуму достижений
- углубленной специализации
- единства общей и специальной подготовки
- цикличности тренировочного процесса
- создания модельных характеристик по видам спорта

**19. Должная температура воды в открытых бассейнах оздоровительного плавания летом составляет**

- 19-21°C
- 21-23°C
- 23-24°C
- 25-27°C
- 28-29°C

**20. Общие принципы закаливания организма предусматривают**

- начинать закаливающие процедуры с комфортных температур
- постепенно увеличивать силу закаливающего воздействия и соблюдать принцип комплексного применения
- проводить закаливающие процедуры регулярно, без перерывов
- выполнять закаливающие процедуры на разном уровне теплопродукции организма

- все перечисленное

**21. Угол сгибания в коленном суставе составляет**

- 45°
- 50°
- 60°
- 70°

**22. Наиболее объективной методикой оценки конституции спортсмена является**

- методика по Черноруцкому
- методика по Бунаку
- методика по Шелдону
- методика по Дорохову

**23. Угол сгибания в лучезапястном суставе составляет**

- 130°
- 110°
- 100°
- 90°

**24. Амплитуда ротации в шейном отделе позвоночника в норме составляет**

- 40°
- 50°
- 60°
- 70°

**25. Угол сгибания в локтевом суставе составляет**

- 30°
- 40°
- 50°
- 60°

**26. Угол сгибания в тазобедренном суставе составляет**

- 60°
- 80°
- 120°

- 140°

**27.К методам оценки физического развития относятся все перечисленные, исключая методы**

- антропометрических стандартов
- индексов
- корреляции
- соматовегетативный

**28.Величина индекса Гарвардского степ-теста, соответствующая слабой физической подготовленности спортсмена, является**

- менее 55
- 55-64
- 65-79
- 80-89

**29.На тренированность спортсмена в покое указывает**

- снижение частоты сердечных сокращений в покое
- повышение артериального давления
- понижение артериального давления
- тахикардия
- уменьшение СДД

**30.Возрастной показатель PWC, соответствующий оптимальной работе сердечнососудистой системы в 30-39 лет, составляет**

- 1) 200
- 2) 181
- 3) 172
- 4) 161

**31.Использование тредмила в спортивной практике позволяет**

- моделировать локомоции в лабораторных условиях
- определить функциональные возможности сердечнососудистой системы спортсменов
- регулировать длину шага

- определить количество шагов в минуту
- правильно 1) и 2)

**32. Средние показатели прироста частоты сердечных сокращений на каждые 100 кгм/мин работы составляют**

- 4-5 уд/мин
- 8-12 уд/мин
- 20-25 уд/мин
- 40-45 уд/мин

**33. Состояние организма, при котором не наблюдается дыхательный ацидоз**

- хроническая дыхательная недостаточность
- приступ бронхиальной астмы
- отравление барбитуратами
- утомление после интенсивной физической нагрузки
- передозировка панангина

**34. Уровень рН артериальной крови при декомпенсированном метаболическом ацидозе и дыхательном ацидозе**

- нормальный
- выше нормы
- ниже нормы
- неустойчивый

**35. К упражнениям для средних мышечных групп не относятся упражнения**

- для мышц шеи
- для мышц предплечья и ягодичных мышц
- для мышц голени
- для мышц плечевого пояса

**36. К наиболее усложненному виду упора относится упор кистями**

- о рейки на уровне плеч
- о рейку на уровне груди
- о спинку кровати

- о сидение стула
- на уровне пола

**37.К физиологическим механизмам, лежащим в основе закаливания солнечной радиации относятся**

- непосредственное действие солнечной радиации
- гуморальное действие солнечных ванн
- рефлекторное действие солнечных ванн
- лечебное и профилактическое использование солнечной радиации
- все перечисленное

**38.Порядковые упражнения в лечебной физкультуре**

- служат организации групповых занятий
- имеют воспитательное значение
- дают небольшую физическую нагрузку
- способствуют развитию навыка к выполнению коллективных упражнений
- все перечисленное

**39.Температура воздуха при холодных воздушных ваннах должна быть**

- 22-21°
- 20-17°
- 16-14°
- 13-4°
- ниже 4 °

**40.Температура воздуха при прохладных воздушных ваннах должна быть**

- 22-21°
- 20-17°
- 16-14°
- 13-4°
- ниже 4 °

**41.К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме**

- плотности нагрузки до 80%
- длительности процедуры



- плотности нагрузки до 100%
- изменения исходных положений
- темпа упражнений

**42.У больных сердечнососудистыми заболеваниями при занятиях лечебной физкультурой следует развивать**

- силу и скорость
- ловкость
- выносливость
- координацию движений
- правильно 3) и 4)

**43.Продолжительность программ физической реабилитации больных неосложненным мелкоочаговым инфарктом миокарда в стационаре (по В07) составляет**

- 2 недели
- 3 недели
- 4 недели
- 5 недель

**44.Задачи ЛФК у больных с пороком сердца на полупостельном режиме направлены**

- на постепенную тренировку сердечнососудистой системы к измененным условиям кровообращения
- на уменьшение гипоксемии и одышки
- на укрепление миокарда и его сократительной способности
- на подготовку к ходьбе
- правильно все перечисленное

**45.У больных почечнокаменной болезнью в межприступном периоде эффективны следующие формы ЛФК**

- дыхательные упражнения
- ходьба в медленном, среднем темпе и с ускорением
- упражнения стоя и в ходьбе с легким сотрясением тела
- упражнения с частой сменой исходных положений тела
- правильно все перечисленное

**46.Целесообразность назначения самомассажа грудной клетки больным хроническими неспецифическими заболеваниями легких обусловлена следующим действием массажа**

- рефлекторным уменьшением бронхоспазма
- расслаблением мышц плечевого пояса
- укреплением дыхательной мускулатуры
- повышением общего тонуса организма
- верно все перечисленное

**47.Больной Л., 25 лет, поступил в санаторий с диагнозом "Облитерирующий тромбангиит нижних конечностей, I степень недостаточности кровообращения. Перемежающаяся хромота при быстрой ходьбе и при длительной медленной ходьбе в левой голени". Со стороны внутренних органов отклонений от нормы нет. Режим движений больного в 1-ю и во 2-ю половину курса лечения включает**

- щадяще-тренирующий, затем тренирующий
- щадящий, затем щадяще-тренирующий
- палатный, затем щадяще-тренирующий
- тренирующий, затем интенсивно-тренирующий

**48.У больных нефритом и нефрозом применяют следующие виды гимнастических упражнений**

- общеразвивающие преимущественно для туловища
- общеразвивающие преимущественно для конечностей и дыхательные
- статическое напряжение мышц брюшного пресса
- упражнения динамические с дозированным усилием мышц брюшного пресса
- правильно 2) и 4)

**49.Противопоказаниями к применению ЛФК при травмах трубчатых костей являются все перечисленное, кроме**

- смещения костных отломков
- кровотечения
- субфебрильной температуры тела
- резких болей в конечности при движении

**50. После снятия гипса при переломе кости изменения в конечности характеризуются всем перечисленным, кроме**

- трофического отека
- тугоподвижности в суставах
- снижения мышечной силы
- облитерирующего атеросклероза сосудов конечности
- болезненности при движениях

**51. Специальные упражнения у больных шейным остеохондрозом с синдромом вертебробазиллярной артерии включают все перечисленное, за исключением**

- упражнений на расслабление мышц рук и плечевого пояса
- упражнений с максимальной амплитудой в шейном отделе позвоночника
- статического напряжения мышц шеи и головы
- упражнений на тренировку равновесия
- упражнений на координацию движений

**52. К видам активной коррекции при сколиозе относятся**

- лечебная гимнастика
- вытяжение
- массаж
- занятия в бассейне
- правильно 1) и 4)

**53. Из методов ЛФК при остеохондрозе позвоночника применяется все перечисленное, кроме**

- гимнастических упражнений
- лыжных прогулок
- физических упражнений в водной среде
- плавания
- механотерапии

**54. Для занятий больным со сколиозом противопоказаны**

- 1) художественная и спортивная гимнастика
- 2) акробатика

- 3) тяжелая атлетика
- 4) борьба
- 5) все перечисленное

**55. Для прогнозирования тяжести течения сколиоза позвоночника используются тесты, характеризующие**

- возраст появления сколиоза и его локализацию
- выраженность торсии
- продолжительность пубертатного периода
- степень выраженности нестабильности позвоночника
- все перечисленное

**56. Упражнения после операции на органах брюшной полости в I периоде реабилитации включают все перечисленные, кроме**

- упражнений для дистальных и проксимальных мышечных групп конечностей
- упражнений для мышц шеи и плечевого пояса
- статических и динамических дыхательных упражнений
- упражнений на диафрагмальное дыхание
- упражнений с натуживанием и отягощением

**57. Задачами лечебной гимнастики в раннем послеоперационном периоде при операциях на легких являются все перечисленные, кроме**

- профилактики гипостатической пневмонии
- профилактики легочной и сердечнососудистой недостаточности
- профилактики нарушений функции кишечника
- профилактики ограничения подвижности в плечевом суставе на оперированной стороне
- укрепления мышц спины, поясницы, живота

**58. Задачами лечебной гимнастики при операциях на легких в предоперационном периоде являются**

- улучшение функции внешнего дыхания
- обучение диафрагмальному дыханию и откашливанию мокроты
- обучение комплексу лечебной гимнастики для раннего послеоперационного периода

- улучшение функции сердечнососудистой системы
- все перечисленное

**59.Противопоказаниями к назначению ЛФК у больных после операции на органах брюшной полости являются**

- ранний послеоперационный период
- застойная пневмония с субфебрильной температурой тела
- боли при движениях в послеоперационной зоне
- тяжелое состояние больного, обусловленное послеоперационными осложнениями, в том числе перитонитом

**60.Методика лечебной гимнастики в раннем послеоперационном периоде при операциях на легких включает**

- дыхательные упражнения
- упражнения на расслабление
- простые общеразвивающие упражнения
- дренажные упражнения
- все перечисленное

**61.Лечебная гимнастика после аппендэктомии назначается**

- в первые 3-5 ч
- на 1-2-й день
- на 3-4-й день
- на 5-6-й день

**62.Методика ЛФК после грыжесечения с 1-2-го дня включает**

- упражнения для ног и туловища
- упражнения с напряжением мышц живота
- дыхательные упражнения и упражнения для мелких и средних мышечных групп конечностей
- упражнения с предметами

**63.Рекомендуемыми видами физической активности для больных неврозом с преобладанием процессов возбуждения нервной системы являются все перечисленные, исключая**

- плавание
- ритмическую гимнастику

- китайскую пластическую гимнастику
- атлетическую гимнастику
- общеразвивающие упражнения

**64. Основными видами физических упражнений, применяемыми при спастических параличах, являются упражнения**

- в посылке импульсов к парализованным мышцам
- для паретичных мышц
- сближающие точки прикрепления мышц
- удаляющие точки прикрепления мышц (на растяжение и расслабление мышц)
- правильно 2) и 4)

**65. Физические упражнения при черепно-мозговой травме оказывают**

- тонизирующее действие
- трофическое действие
- нормализацию функций
- формирование компенсаций нарушенных функций
- все перечисленное

**66. Целью назначения корригирующих упражнений и массажа позвоночника при неврозах является все перечисленное, исключая**

- восстановление сниженного тонуса разгибателей спины
- улучшение функционального состояния позвоночника
- развитие выносливости

4) улучшение микроциркуляции паравертебральной зоны

5) улучшения мозговой гемодинамики

**67. К специальным физическим упражнениям при вестибулярной тренировке относятся**

- упражнения для тренировки полукружных каналов и отолитового прибора
- упражнения на равновесие
- упражнения на координацию
- элементы пассивной тренировки
- все перечисленные

**68. Показателями эффективности занятий лечебной физкультурой при неврозах и психопатиях не являются**

- увеличение подвижности позвоночника
- редукция клинических синдромов
- уменьшение астении ЦНС
- повышение работоспособности

**69. К специальным упражнениям для повышения вестибулярной устойчивости у больных с поражением центральной нервной системы относятся все перечисленные, исключая**

- упражнения на координацию движений
- упражнения на равновесие
- дыхательные упражнения
- корригирующие упражнения
- упражнения в метании

**70. К специальным упражнениям, применяемым в I фазе беременности, относятся все перечисленные, кроме**

- дыхательных упражнений
- укрепления мышц плечевого пояса
- укрепления мышц промежности
- увеличения подвижности позвоночника, крестцово-подвздошных сочленений

**71. Показаниями к лечебной физкультуре при гинекологических заболеваниях являются**

- наличие кисты на ножке
- маточные кровотечения
- острые воспалительные процессы женских половых органов
- хронические аднекситы
- правильно 4)

**72. Специальные упражнения, применяемые в III фазе беременности, направлены на все перечисленные, исключая**

- укрепление мышц плечевого пояса
- укрепление мышц промежности, спины

3) укрепление мышечно-связочного аппарата стопы

4) увеличение подвижности позвоночника, крестцово-подвздошных сочленений

**73. Показанием для занятий беременных женщин физическими упражнениями является**

- нормально протекающая беременность
- остролихорадящие заболевания
- преэклампсия
- маточное кровотечение
- правильно 1)

**74. Продолжительность утренней гигиенической гимнастики для детей 5-6 лет должна быть не менее**

- 5-6 мин
- 6-8 мин
- 8-10 мин
- 10-12 мин
- 12-15 мин

**75. К третьей группе здоровья относятся дети**

- здоровые
- имеющие отягощенный анамнез
- имеющие нарушения осанки
- имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера

**76. Упражнения, способствующие формированию правильной осанки у детей, направлены на тренировку следующих мышц, за исключением**

- широчайшей мышцы спины
- трапецевидной мышцы
- прямых и косых мышц живота
- четырехглавых мышц бедер

**77. Повышение моторной плотности урока физкультуры у дошкольников достигается всем перечисленным, кроме**



- применения поточного метода занятий
- бега
- подвижных игр
- занятий на открытом воздухе
- перестроений

**78.К особенностям подготовительной части урока физкультуры в спецгруппах относится**

- 1) продолжительность до 10 мин
- 2) продолжительность до 20 мин
- 3) количество общеразвивающих упражнений 15-18 по 4-5 раз каждое
- 4) количество общеразвивающих упражнений до 10 с повторением каждого
- 5) правильно 2) и 3)

**79.К формам производственной гимнастики относятся все перечисленные, кроме**

1. вводной гимнастики
2. физкультурной паузы
3. физкультминутки
4. оздоровительного бега
5. микропаузы активного отдыха

**80.К методам врачебно-педагогических наблюдений на уроках физкультуры в дошкольных учреждениях относятся**

1. хронометраж урока с вычислением моторной плотности
2. регистрация пульса на различных отрезках времени с построением физиологической кривой урока
3. проведения дополнительных проб с физической нагрузкой
4. термометрия воздуха помещения, оценка влажности и барометрического давления
5. все перечисленное

**81.Средние величины энерготрат спортсменов-мужчин весом 70 кг, занимающихся шахматами и шашками, составляют**

1. 2000-2700 ккал/сутки

2. 2800-3200 ккал/сутки
3. 3300-3800 ккал/сутки
4. 3900-4400 ккал/сутки

**82.К веществам, повышающим физическую работоспособность спортсмена в условиях гипоксии в организме, относится**

- белки
- холестерин
- кетоновые тела
- витамин В15 (пангамат калия)

**83.Спортсмен I разряда обратился с жалобами на усталость, нежелание тренироваться, головные боли. Тип реакции на дозированную нагрузку - гипотонический. Врачу необходимо**

- 1) выяснить режим тренировки, сна, питания, перенесенные болезни
- 2) провести врачебно-педагогические наблюдения на тренировке
- 3) провести углубленное обследование
- 4) все перечисленное

**84.Профилактика нарушений обмена веществ при форсированном снижении массы тела спортсменами осуществляется всем перечисленным, кроме**

- ощелачивания организма
- приема лимонника китайского
- применения аэробных физических нагрузок
- применения анаэробных нагрузок

**85.Источником кислых радикалов в пищевом рационе спортсменов не является**

- молоко
- мясо
- рыба
- яйца

**86.Ведущим критерием отбора юных спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки является**

- показатели физического развития
- биологический возраст
- состояние здоровья
- аэробная производительность
- анаэробная производительность

**87.Для усиления энергетических возможностей спортсмена реакция гликогенолиза печени при физической нагрузке может быть усилена путем дополнительного введения в организм**

- жиров
- белков
- углеводов
- фосфатов

**88.Фармакологические пробы, характеризующие патогенетические механизмы дистрофического процесса в миокарде, не включают пробу**

1. с искусственной гиперкалиемией
2. с блокадой адренергических рецепторов
3. с блокадой тока ионов кальция
4. с физической нагрузкой
5. с нитроглицерином

**89.К этиопатогенетическим факторам печеночно-болевого синдрома у спортсменов относится**

- нарушение гемодинамики при физической нагрузке, несоответствующей функциональным возможностям организма
- дискинезия желчных путей
- гистаминная теория Н.В.Эльштейна
- воспаление желчного пузыря
- все перечисленное

**90.При реабилитации спортсменов с травмой используются**

- электрофорез с лидазой
  - электрофорез с химотрипсином
- 3) фонофорез с гидрокортизоном
  - 4) лечебная гимнастика и дозированные спортивные упражнения

5) все перечисленное

**91.Классификация гипертонических состояний у спортсменов (по Вольнову Н.И.) включает все перечисленные стадии, кроме**

- больных с предгипертоническим состоянием
- гиперреакторов
- больных гипертонической болезнью I стадии
- больных гипертонической болезнью II стадии
- больных гипертонической болезнью III стадии

**92.Спортсменам с дистрофией миокарда гиперкалициемией следует назначить**

- изоптин
- хлористый калий
- оротат калия
- индерал
- правильно 1) и 3)

**93.К "внутренним" причинам спортивных травм не относятся**

- состояние утомления
- изменение функционального состояния организма спортсмена, вызванное перерывом в занятиях или болезнью
- нарушение спортсменом биомеханической структуры движения
- выступления в жаркую и морозную погоду
- недостаточная физическая подготовленность спортсмена к выполнению данного вида упражнений

**94.Первая стадия дистрофии миокарда вследствие хронического физического перенапряжения характеризуется электрокардиографически наличием следующих признаков**

- сглаженных или двугорбых зубцов Т в 2 или нескольких отведениях без изменений сегмента ST
- двухфазного зубца Т с патологическим смещением сегмента ST вниз
- полной инверсии зубца Т более чем в 2 отведениях с выраженным изменением сегмента PQ
- увеличением длительности атриовентрикулярной проводимости

**95. К характерным объективным признакам утомления спортсмена при интенсивной**

мышечной работе относится все перечисленное, кроме

- нарушения координации движений
- снижения силы и быстроты движений
- отказа от работы
- ухудшения центральной и периферической гемодинамики
- снижения рН крови

**96. Система восстановления работоспособности спортсмена включает все следующие группы средств, кроме**

- педагогических
- медико-биологических
- психологических
- нейротропных

**97. Процесс восстановления работоспособности при интенсивной мышечной работе может быть**

- текущим во время работы
- срочным после работы
- отставленным во времени
- гетерохронным для разных систем организма
- правильно все перечисленное

**98. Локальное утомление в мышце связано с нарушением всех нижеперечисленных биохимических и нейрофизиологических процессов, кроме**

- ресинтеза АТФ и креатинфосфата
- баланса ионов кальция и калия
- угнетения активности мышечных волокон
- накопления катехоламинов
- микроциркуляции

**99. Механизм утомления организма спортсмена при мышечной деятельности заключается преимущественно в нарушении**

- центральной регуляции мышечной деятельности
- перенапряжении сердечнососудистой системы
- местных изменениях в мышечной системе
- центральных нервных и гуморальных механизмов

**100. Развитие утомления при интенсивной мышечной работе проходит фазы**

- компенсации
- суперкомпенсации
- декомпенсации
- сердечной недостаточности
- правильно 1) и 3)

Эталон ответов:

1. —3	26.—3	51.-2	72.-1	89.-2
2.—5	27.—3	52.-5	73.-5	90.-3
3. —2	28.—2	53,- 3	74.-2	91.-2
4. —4	29.—2	54.-2	75.-3	92.-1
5.-5	30.—2	55.-5	76.-2	93.-4
6. —4	31.— 1	56.-2	77.-3	94.-2
7. —3	32.—2	57.-3	78.-2	95.-2
8.—3	33.—3	58.-5	79.-2	96.-2
9. —3	34.—2	59.-2	80.-3	97.-4
10.— 1	35.—2	60.-3	81.-2	98.-2
1.1.—3	36.—3	61.-4	82.-3	99.-2
12.—3	37.—2	62.-2	83.-4	100. -2
13.—4	38.—5	63.-3	84.-1	
14.—2	39.— 1	64.-4	85.-3	
15.—3_	40.—3			
16.—3	41.— 5			
17.—4	42.—3			

18.—5	43.—4	65.-4	86.-3	
19.—3	44.—2	66.-5	87.-3	
20.—3	45.—3	67.-2	88.-2	
21.— 2	46.-5	68.-3		
22.— 1	47,-2	69.-3		
23.— 2	48.-3	70.-2		
24.—3	49.-2	71.-5		
25.—2	50.-3			

## 12. Литература

### РЕКОМЕНДУЕМАЯ ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

- Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник / под ред. В.А. Епифанова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528 с. – Доступ из ЭБС «Консультант врача».
- Лечебная физкультура и спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебник / под ред. В.А. Епифанова. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. – 568 с. – Доступ из ЭБС «Консультант врача».
- Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное рук. / под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 1184 с. – Доступ из ЭБС «Консультант врача».

### РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

- Ачкасов Е.Е. Инфекционные заболевания в спортивной среде : учеб. пособие для ординаторов и врачей / Е.Е. Ачкасов, М.Г. Авдеева, Г.А. Макарова ; Моск. гос. мед. ун-т им. И.М. Сеченова. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2018. –191 с. – 1 экз.
- Голубев Г.Ш. Лечебная физкультура при ожирении : учеб.-метод. пособие : [рек. для системы послевузовского проф. образования врачей] / Г.Ш. Голубев, Е.В. Харламов, Л.Ф. Сафонова ; Рост. гос. мед. ун-т, каф.

травматологии и ортопедии, ЛФК и спортивной медицины ФПК и ППС. – Ростов н/Д : КМЦ "КОПИЦЕНТР", 2012. – 43 с. – 2 экз.

- Голубев Г.Ш. Лечебная физкультура при ДЦП : учеб.-метод. пособие для системы послевузовского проф. образования врачей / Г.Ш. Голубев, Е.В. Харламов, Л.Ф. Сафонова ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. травматологии и ортопедии, ЛФК и спортивной медицины ФПК и ППС. – Ростов н/Д : Изд-во РостГМУ, 2013. – 131 с. – 2 экз.

- Голубев Г.Ш. Лечебная физкультура при заболеваниях мочевой системы : учеб.-метод. пособие / Г.Ш. Голубев, Е.В. Харламов, Л.Ф. Сафонова ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. травматологии и ортопедии, ЛФК и спортивной медицины ФПК и ППС. – Ростов н/Д : Изд-во РостГМУ, 2014. – 40 с. – Доступ из ЭУБ РостГМУ. – 6, экз.

- Голубев Г.Ш. Наблюдение за спортсменами при проведении тренировок по зимним видам спорта : учеб.-метод. пособие для врачей / Г.Ш. Голубев, Л.Ф. Сафонова, Л.В. Ермакова ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. травматологии и ортопедии, ЛФК и спортивной медицины ФПК и ППС. – Ростов н/Д : Изд-во РостГМУ, 2013. – 83 с. – 1 экз.

- Использование метода комплексной антропометрии в спортивной и клинической практике : метод. рек. для врачей, клинических ординаторов, студентов, аспирантов / Д.Б. Никитюк, Е.А. Бурляева, В.А. Тутельян [и др.]. – М. : Спорт и Человек, 2018. – 63 с. – 1 экз.

- Кублов А.А. Лечебная физическая культура и массаж в профилактике и коррекции нарушений функционального состояния позвоночника : учеб.-метод. пособие для врачей / А.А. Кублов, Е.В. Харламов, Р.А. Кублов ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. физической культуры, лечебной физкультуры и спортивной медицины. – Ростов н/Д : Изд-во РостГМУ, 2016. – 107 с. – Доступ из ЭУБ РостГМУ. – 6, экз.

- Кулиненко О.С. Медицина спорта высших достижений: фармакология, психология, диета, физиотерапия, биохимия, восстановление : для врачей, преподавателей, тренеров / О.С. Кулиненко. – М. : Спорт, 2016. – 318 с. – 2 экз.

- Медицинская реабилитация после хирургического лечения травм и заболеваний коленного сустава : учеб. пособие для врачей, тренеров, преподавателей физической культуры, студентов вузов / С.В. Ходарев, Г.Ш. Голубев, Л.В. Ермакова [и др.] ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. травматологии, ортопедии, ЛФК и спортивной медицины ФПК и ППС. – Ростов н/Д : РостГМУ, 2013. – 103 с. – 1 экз.



- Особенности методик массажа и гимнастики у здоровых детей первого года жизни : метод. рек. для врачей / Л.Ф. Сафонова, Г.Ш. Голубев, Е.В. Харламов [и др.] ; Рост. гос. мед. ун-т, каф. травматологии и ортопедии, лечебной физкультуры и спортивной медицины. – Ростов н/Д : Изд-во РостГМУ, 2017. – 60 с. – Доступ из ЭУБ РостГМУ. - 10, эк.

#### Интернет-ресурсы

	<b>ЭЛЕКТОРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ</b>	<b>Доступ к ресурсу</b>
1	<b>Электронная библиотека РостГМУ.</b> – URL: <a href="http://109.195.230.156:9080/opacg/">http://109.195.230.156:9080/opacg/</a>	Доступ неограничен
2	<b>Консультант врача.</b> Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] : ЭБС. – М.: ООО ГК «ГЭОТАР». - Режим доступа: <a href="http://www.rosmedlib.ru">http://www.rosmedlib.ru</a>	Доступ неограничен
3	<b>UpToDate</b> [Electronic resource] : БД / Wolters Kluwer Health. – Режим доступа: <a href="http://www.uptodate.com">www.uptodate.com</a>	Доступ неограничен
4	<b>Научная электронная библиотека eLIBRARY</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Открытый доступ
5	<b>Национальная электронная библиотека</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://нэб.рф/">http://нэб.рф/</a>	Доступ с компьютеров библиотеки
6	<b>Scopus</b> [Electronic resource] / Elsevier Inc., Reed Elsevier. – Philadelphia: Elsevier B.V., PA. – URL: <a href="http://www.scopus.com/">http://www.scopus.com/</a> (Нацпроект)	Доступ неограничен
7	<b>Web of Science</b> [Электронный ресурс]. Clarivate Analytics. - URL: <a href="http://apps.webofknowledge.com">http://apps.webofknowledge.com</a> (Нацпроект)	Доступ неограничен
8	<b>MEDLINE Complete EBSCO</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://search.ebscohost.com">http://search.ebscohost.com</a> (Нацпроект)	Доступ неограничен
9	<b>Единое окно доступа к информационным ресурсам</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/.</a>	Открытый доступ
10	<b>Российское образование. Федеральный образовательный портал</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://www.edu.ru/index.php.">http://www.edu.ru/index.php.</a>	Открытый доступ

11	<b>Федеральная электронная медицинская библиотека Минздрава России</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://www.femb.ru/feml/">http://www.femb.ru/feml/</a> , <a href="http://feml.scsml.rssi.ru">http://feml.scsml.rssi.ru</a> .	Открытый доступ
12	<b>Free Medical Journals</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://freemedicaljournals.com">http://freemedicaljournals.com</a> .	Открытый доступ
13	<b>Free Medical Books</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://www.freebooks4doctors.com/">http://www.freebooks4doctors.com/</a> .	Открытый доступ
14	<b>Internet Scientific Publication</b> [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="http://www.ispub.com">http://www.ispub.com</a> [7.02.2019].	Открытый доступ
15	<b>КиберЛенинка</b> [Электронный ресурс]: науч. электрон. биб-ка. - Режим доступа: <a href="http://cyberleninka.ru/">http://cyberleninka.ru/</a> .	Открытый доступ
16	<b>Архив научных журналов</b> [Электронный ресурс] / НЭИКОН. - Режим доступа: <a href="http://archive.neicon.ru/xmlui/">http://archive.neicon.ru/xmlui/</a> .	Открытый доступ
17	<b>Журналы открытого доступа на русском языке</b> [Электронный ресурс] / платформа EIPub НЭИКОН. – Режим доступа: <a href="http://elpub.ru/elpub-journals">http://elpub.ru/elpub-journals</a> .	Открытый доступ
18	<b>Медицинский Вестник Юга России</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="https://www.medicalherald.ru/jour">https://www.medicalherald.ru/jour</a> или с сайта РостГМУ.	Открытый доступ
19	<b>Всемирная организация здравоохранения</b> [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <a href="http://who.int/ru/">http://who.int/ru/</a> .	Открытый доступ
20	<b>Современные проблемы науки и образования</b> [Электронный журнал]. - Режим доступа: <a href="http://www.science-education.ru/ru/issue/index">http://www.science-education.ru/ru/issue/index</a> .	Открытый доступ