

УТВЕРЖДАЮ



« 2 » декабря 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
специалистов со средним медицинским образованием
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУДНОГО И МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА,
ЛИЦ СРЕДНЕГО И ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА»
(36 часов)
СПЕЦИАЛЬНОСТЬ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»**

Казань 2020

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
I. Паспорт программы	3
II. Содержание программы: учебный план, тематические планы универсальных и специального модулей	5
III. Требования к результатам освоения программы	10
IV. Требования к условиям реализации программы	12
V. Контрольно-оценочные средства	14

I. Паспорт программы

1.1. Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием «**Лечебная физкультура для детей грудного и младшего возраста, лиц среднего и пожилого возраста**» являются систематизация и развитие профессиональных компетенций, совершенствование знаний и умений в рамках выполняемой ими профессиональной деятельности по специальности «Лечебная физкультура» в должности «Инструктор по лечебной физкультуре».

Для овладения указанным видом профессиональной деятельности обучающийся должен

иметь практический опыт:

- работы с федеральными и региональными нормативными правовыми актами;
- подготовки рабочего места;
- определение самочувствия, исследование параметров кардиореспираторной системы до и после проведения процедуры;
- проведения процедур лечебной физкультуры при заболеваниях и травмах в разных возрастных группах;
- соблюдения охраны труда, техники безопасности;
- ведения утвержденной медицинской и учетно-отчетной документации;

уметь:

- использовать необходимые нормативно-правовые документы в профессиональной деятельности.
- соблюдать права пациента в процессе проведения процедур;
- подготовить рабочее место, тренажеры и другой спортивный инвентарь;
- оценивать изменения в состоянии пациента при проведении процедур лечебной физкультуры;
- разрабатывать комплексы лечебной физкультуры в рамках своих должностных обязанностей;
- выполнять назначенные процедуры лечебной физкультуры;
- обеспечивать соблюдение правил сочетания лечебной физкультуры с массажем и физиотерапевтическими процедурами, вытяжением, мануальной терапией;
- вести медицинскую документацию;

знать:

- содержание основных нормативных документов в профессиональной деятельности;
- права пациента в соответствии с действующим законодательством;
- методики проведения процедуры лечебной физкультуры при различных заболеваниях;
- общие показания и противопоказания к проведению процедур лечебной физкультуры;
- правила оформления медицинской документации.
- основы здорового образа жизни, методы и средства санитарного просвещения;
- охрану труда и технику безопасности в медицинском учреждении.

1.2. Планируемые результаты обучения

Слушатель, освоивший дополнительную профессиональную программу повышения квалификации, должен обладать **профессиональными компетенциями**, включающими в себя способность и готовность:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.	Предоставлять пациенту информацию о физической реабилитации в понятном для него виде
ПК 2.	Проводить процедуры лечебной физкультуры пациентам с различными болезнями
ПК 4.	Осуществлять контроль состояния пациентов во время проведения процедур

	лечебной физкультуры
ПК 5.	Оформлять/вести медицинскую документацию

Срок освоения программы повышения квалификации по очно-заочной форме обучения — 36 часов.

II. Содержание программы

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование специальных модулей/ модулей дисциплин	Всего аудиторных часов	в том числе					Форма контроля
			теоретические занятия		практические занятия			
			лекции	в том числе электронное обучение	практически е занятия	в том числе симуляционное обучение	в том числе дистанционное обучение	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
.	Лечебная физкультура для детей грудного и младшего возраста, лиц среднего и пожилого возраста	34	15	10	19	10	8	Текущий контроль
	Экзамен	2	2					
	Всего	36	17	10	19	10	8	

**Тематический план и содержание программы
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУДНОГО И МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА, ЛИЦ СРЕДНЕГО И ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	В том числе объем часов электронного/ дистанционного/ симуляционного обучения	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Раздел 1. Методические основы лечебной физкультуры		11		
Тема 1.1. Основы общей методики лечебной физкультуры. Роль лечебной физкультуры и массажа в реабилитации пациентов	Понятие о физической реабилитации. Место лечебной физкультуры (ЛФК) в системе реабилитации. Задачи лечебной физкультуры. Средства и формы лечебной физкультуры. Влияние средств лечебной физкультуры на организм пациента. Показания и противопоказания к применению лечебной физкультуры. Основные принципы построения методик лечебной физкультуры при различных заболеваниях. Понятие о тренировке организма.	2	ЭО-2	1
Тема 1.2. Анатомо-физиологические особенности детского организма	Физическое развитие ребенка в различные возрастные периоды. Особенности строения, развития костной и мышечной систем. Особенности строения и функции органов дыхания и кровообращения. Показатели развития двигательных функций у детей первого года жизни.	2	ЭО-2	1

Тема 1.3. Систематизация средств лечебной физкультуры. Физические упражнения, их классификация и дозировка. Учет эффективности лечебной физкультуры	Основные средства лечебной физкультуры. Классификация физических упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные, игры. Формы и методы проведения лечебной физкультуры. Двигательные режимы. Дозирование физической нагрузки в зависимости от двигательных режимов. Антропометрия, исследование сердечно-сосудистой, дыхательной и опорно-двигательной систем. Определение амплитуды движений в суставах, измерение окружности конечностей, грудной клетки, динамометрия. Понятие о функциональных пробах, методика их проведения. Типы реакций на физическую нагрузку. Учет эффективности лечебной физкультуры.	2	ЭО-2	1
	<i>Практические занятия</i>	2	0	2
	- Выполнение заданий в рабочей тетради. - Учет эффективности лечебной физкультуры. - Проведение функциональных проб.			
Тема 1.4. Организация лечебной физкультуры в медицинских организациях	Нормативно-правовые акты по организации работы отделения, кабинета лечебной физкультуры. Организация работы отделения реабилитации и кабинета по лечебной физкультуре в медицинских организациях. Положение о работе инструктора лечебной физкультуры, его функциональные обязанности.	2	ЭО-2	1
	<i>Практические занятия</i>	1	0	2
	- Совершенствование знаний по нормативно-правовым актам, регламентирующих работу отделения и кабинета по лечебной физкультуре. - Совершенствование знаний по технике безопасности. - Оформление медицинской документации.			
Раздел 2. Лечебная физкультура для лиц среднего и пожилого возраста		3		
Тема 2.1. Лечебная физкультура для лиц среднего и пожилого возраста	Анатомо-физиологические особенности лиц среднего и пожилого возраста. Роль лечебной физкультуры и закаливания в поддержании физического состояния людей среднего и пожилого возраста. Показания и противопоказания к лечебной физкультуре.	1	0	1
	<i>Практические занятия</i>	2	СО-2	2
	- Проведение процедур лечебной физкультуры с пациентами среднего и пожилого возраста. - Выполнение заданий в рабочей тетради.			

	- Оформление медицинской документации.			
Раздел 3. Лечебная физкультура в детской практике		20		
Тема 3.1. Лечебная физкультура и массаж детей грудного и раннего возраста	Анатомо-физиологические особенности детей младенческого и раннего возраста. Значение гигиенической гимнастики и массажа для общего развития и укрепления организма ребенка. Гигиенические условия проведения массажа и гимнастики детям грудного возраста. Методика проведения гимнастики и массажа с учетом возрастных физиологических особенностей организма ребенка. Закаливающие процедуры.	2	0	1
	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры и массажа детей грудного и раннего возраста. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.	3	СО-2, ДО-2	2
Тема 3.2. Лечебная физкультура при рахите, гипотрофии, недоношенности и нарушениях костно-мышечной системы у детей	Краткая клиническая характеристика рахита, гипотрофии, недоношенности. Задачи лечебной физкультуры. Противопоказания к применению лечебной физкультуры. Методики проведения лечебной физкультуры и массажа с учетом периода заболевания, возраста ребенка. Понятие об осанке, методика осмотра детей на выявление нарушений осанки, врожденной мышечной кривошеи, врожденного вывиха бедра, косолапости, плоскостопия. Виды нарушения осанки и сколиотическая болезнь. Задачи лечебной физкультуры при ортопедических заболеваниях. Методики проведения лечебной физкультуры. Сочетание лечебной физкультуры с массажем, физиотерапевтическими процедурами.	2	0	1
	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры при рахите, гипотрофии, недоношенности, нарушениях костно-мышечной системы у детей. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.	3	СО-2, ДО-2	2

Тема 3.3. Лечебная физкультура при перинатальной патологии центральной нервной системы у детей грудного и раннего возраста	Краткая клиническая характеристика заболеваний центральной нервной системы у детей грудного и раннего возраста. Задачи лечебной физкультуры. Методики лечебной физкультуры в зависимости от клинических форм заболевания. Лечение положением – укладки. Сочетание лечебной физкультуры с массажем, физиотерапевтическими процедурами, рефлексотерапией.	2	ЭО-2	1
	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры при перинатальной патологии центральной нервной системы у детей грудного и раннего возраста. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.	3	СО-2, ДО-2	2
Тема 3.4. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания и сердечно-сосудистой системы у детей	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры при заболеваниях органов дыхания и сердечно-сосудистой системы у детей. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.	3	СО-2, ДО-2	2
	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры при миопии у детей. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.	2	0	2
Тема 3.5. Лечебная физкультура при миопии у детей.				
Всего учебной нагрузки		34		
Экзамен		2		
Всего		36		

III. Требования к результатам освоения программы

3.1. Контроль и оценка результатов освоения

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1. Предоставлять пациенту информацию о физической реабилитации в понятном для него виде	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний нормативных правовых актов по осуществлению профессиональной деятельности инструктора по лечебной физкультуре - Полнота знаний профессиональной этики и деонтологии. - Правильность предоставляемой информации о сути вмешательств. 	- Тестирование.
ПК 2. Проводить процедуры лечебной физкультуры пациентам с различными болезнями	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний должностных обязанностей. - Правильность проведения процедур лечебной физкультуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.
ПК 4. Осуществлять контроль состояния пациентов во время проведения процедур лечебной физкультуры	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний механизма действия физических упражнений. - Правильность оценки общего состояния пациента и кардиореспираторной системы после проведения процедуры лечебной физкультуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.
ПК 5. Оформлять/вести медицинскую документацию	<ul style="list-style-type: none"> - Грамотность оформления медицинской документации. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.

3.2. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы

Удостоверение о повышении квалификации.

IV. Требования к условиям реализации программы

4.1. Требования к кадровому обеспечению программы

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее медицинское или педагогическое образование.

4.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы

Реализация профессиональной программы предполагает наличие учебных кабинетов для ведения теоретических и практических занятий на базе образовательной организации.

Учебные кабинеты должны соответствовать требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, строительных норм и правил, в том числе в части санитарно-гигиенических условий процесса обучения, комфортных санитарно-бытовых условий, пожарной и электробезопасности, охраны труда.

Оборудование учебного кабинета

Мебель и стационарное учебное оборудование:

- классная доска;
- мебель для слушателей и преподавателя (столы и стулья);
- компьютерные столы и кресла;
- информационный стенд для обучающихся;
- шкафы для хранения инвентаря, учебно-наглядных пособий, медицинской документации;
- массажные кушетки.

Технические средства обучения:

- компьютерная техника;
- мультимедийный проектор или интерактивная доска.

Технологическое оснащение рабочих мест:

- компьютерные программы (обучающие, контролирующие);
- методические учебные материалы на электронных носителях;
- справочные материалы;
- доступ к сети Интернет.

Медицинская документация и литература:

- медицинская документация;
- литература по лечебной физкультуре.

Материально-техническая база симуляционного обучения:

- Комплект (взрослый) для проведения ручной вспомогательной искусственной вентиляции.
- Комплект твердых верхних и нижних конечностей для манекена Оживленная Анна.
- Манекен, имитирующий взрослого человека, для отработки следующих медицинских навыков: сердечно-легочной реанимации, дефибриляции.
- Манекен, имитирующий полное тело человека (женщины), предназначен для обучения навыкам расширенной сердечно-легочной реанимации в команде.
- Робот-пациент ADAM ALS ЭНСИМ – Р-АЛС.01 2018 г.
- Симулятор базовой сердечно-легочной реанимации ЭНСИМ – Б-БЛС.01 2018 г.
- Тренажер головы для диагностики различных видов черепно-мозговых и лицевых травм.
- Тренажер Максим-II-01 (ТУ 9452-003-01899511-2001).
- Тренажер Максим-I (ТУ 9452-003-01899511-2001).
- Щит для переноски пострадавших.
- Сфигмоманометр медицинский механический ВК 2002-3001.
- Электрокардиограф «Бурдик» (ЕК 10).

- Мешок дыхательный ручной для искусственной вентиляции легких типа Амбу PULMANEX ТМ.
- Кушетка КММ-01-МСК 2007 г.

4.3. Требования к учебно-материальному обеспечению программы

Учебно-методические материалы:

- учебно-методические комплексы по темам;
- учебно-методические пособия;
- методические рекомендации;
- электронно-дидактические материалы по темам;
- сборники тестов;

Основная литература:

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник /В.А Епифанов, - 2-е изд., перераб. и доп.,-М.:ГЭОТАР-Медиа, 2016,-528 с.
2. Красикова, И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет.- СПб.: «Издательство «Корона. Век», 2018. - 320с.
3. Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 493 с.
4. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник / С.Н. Попов, Н.М. Валеев и др. - М.: Советский спорт, 2014. - 416 с.
5. Приказ Минздрава РФ от 20.08.2001 № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры».

Дополнительная литература:

1. Епифанов В.А. Восстановительная медицина. Учебник. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 304 с.
2. Красикова И.С. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиозов и плоскостопия. Изд-во: Корона-Принт, 2012.- 320 с.
3. Красикова И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет. Изд-во: Корона-Принт, 2012.- 320 с.
4. Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасеева Т.С. Лечебная физическая культура. Учебник для студ. учреждений высшего проф. образования , 8-е изд. испр. М.: Издат. центр «Академия», 2012. – 416 с.

Ссылки на электронные источники информации:

Информационно-правовое обеспечение:

- справочная правовая система «Гарант»;
- справочная правовая система «Консультант плюс».

Профильные web-сайты Интернета:

Нормативные документы (<http://www.consultant.ru/>, <http://www.med-pravo.ru>).

Информационно-методический центр «Экспертиза» (<http://www.crc.ru>)

V. Контрольно-оценочные средства

Задания в тестовой форме

Здоровым детям младенческого возраста массаж и гимнастика назначаются с:

- рождения
- 2 недельного возраста
- + 1,5 - 2 месячного возраста
- 2 - 3 месячного возраста

Характерной особенностью мышечной системы у детей первых месяцев жизни является:

- + гипертонус мышц сгибателей верхних и нижних конечностей
- гипертонус мышц разгибателей верхних и нижних конечностей
- гипотония мышц

Задачи массажа и лечебной гимнастики у детей раннего возраста:

- + развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата
- повышение тонуса мышц
- + повышение общей сопротивляемости организма
- + стимуляцию двигательных навыков

Здоровым детям первых трех месяцев жизни даются упражнения:

- пассивные
- активные
- дыхательные
- + рефлексорные

Пассивные упражнения здоровым детям раннего возраста назначаются с:

- 2 недельного возраста
- 1,5 - 2 месяцев
- + 3-4 месяцев
- 6 месяца

Активные упражнения здоровым детям раннего возраста назначают с:

- 2 месяцев
- 4 месяцев
- + 6 месяцев
- 1 года

Температура воздуха в помещении, где проводятся занятия со здоровыми детьми раннего возраста не должна быть ниже:

- + 22 С
- 24 С
- 26 С
- 28 С

Задачи ЛФК при рахите в период разгара заболевания:

- + нормализация основных нервных процессов
- + восстановление нарушенной функции дыхательной системы и системы кровообращения
- + предупреждение возможных деформаций опорно-двигательного аппарата
- совершенствование двигательных навыков

Упражнения, применяемые при рахите в период разгара:

- + активные
- + пассивные
- + рефлекторные
- с сопротивлением

При рахите в период разгара заболевания в ЛФК используются исходные положения:

- + лежа на спине
- + лежа на животе
- сидя
- стоя
- на четвереньках

При рахите в период разгара заболевания в комплексе ЛФК на выполнение упражнений отводится:

- 10 – 20% времени
- + 30 - 40% времени
- 40 - 50% времени
- 50 - 60% времени

При рахите в период реконвалесценции применяются упражнения:

- + пассивные
- + рефлексные
- + активные
- идеомоторные

Задачи ЛФК в период реконвалесценции при рахите:

- + повышение мышечного тонуса
- понижение мышечного тонуса
- + восстановление утраченных двигательных навыков
- + развитие движений, свойственных детям данного возраста

При рахите в период реконвалесценции на выполнение упражнений в комплексе ЛФК отводится:

- 30 – 40% времени
- 40 - 50% времени
- 50 - 60% времени
- + 60 - 70% времени

При рахите в период реконвалесценции на массаж в комплексе ЛФК отводится:

- + 30 - 40% времени
- 40 - 50% времени
- 50 - 60% времени
- 60 - 70% времени

Задачи ЛФК при рахите в период остаточных явлений:

- + совершенство двигательных навыков
- + уменьшение деформации опорно-двигательного аппарата
- снятие явлений заторможенности
- предупреждение деформации опорно-двигательного аппарата

При рахите в период разгара заболевания в ЛФК используются исходные положения:

- + лежа на спине
- + лежа на животе
- стоя
- сидя

При гипотрофии III степени применяются упражнения:

- активные
- + пассивные
- рефлекторные

Температурный режим в помещении, где проводятся занятия с детьми, больными гипотрофией должен быть:

- 20 - 22С
- 22 - 24С
- + 24 - 26С
- 26 - 28С

При гипотрофии I степени применяются упражнения:

- + активные
- + пассивные
- + рефлексные
- идеомоторные

Основные задачи лечебной гимнастики при плоскостопии:

- + укрепление мышечно-связочного аппарата стопы
- + исправление деформации
- + формирование правильной осанки
- профилактика вторичных осложнений

Специальные упражнения при плоскостопии:

- + сгибание и разгибание стоп
- + сгибание и разгибание пальцев
- пронация стопы
- + супинация стопы
- катание подошвами округлых предметов

Специальные упражнения при плоскостопии:

- + перекат с пятки на носок
- ходьба на внутреннем своде стопы
- + ходьба на наружном своде стопы
- + ходьба по ребристой доске

Пассивные упражнения при правосторонней врожденной мышечной кривошее:

- + наклон головы влево

- наклон головы вправо
- поворот лица влево
- + поворот лица вправо

Задачи лечебной гимнастики при сколиотической болезни:

- + формирование естественного мышечного корсета
- + коррекция деформации
- + формирование правильной осанки
- уменьшение дуги искривления
- + стабилизация сколиотического процесса

При лечении сколиотической болезни применяют упражнения:

- + корригирующие симметричные
- + корригирующие асимметричные
- + деторсионные
- идеомоторные

При сколиотической болезни первой степени целесообразны исходные положения:

- + лежа на спине
- + лежа на животе
- сидя
- стоя

Для укрепления мышц брюшного пресса применяют упражнения:

- + вертикальные «ножницы»
- + «велосипед»
- + горизонтальные «ножницы»
- отведение ног, скользя по плоскости пола

Для формирования и закрепления навыка правильной осанки применяют:

- + касание стены затылком, лопатками, ягодицами, пятками
- + ходьбу с предметом на голове
- ношение утяжеленных костюмов
- + контроль за осанкой

При косолапости применяются пассивные упражнения:

- приведение переднего отдела стопы
- + отведение переднего отдела стопы
- + разгибание стопы
- сгибание стопы

При косолапости применяются пассивные упражнения:

- приведение пятки
- + отведение пятки
- супинация стопы
- + пронация стопы

Основные задачи лечебной гимнастики при врожденном вывихе бедра:

- + укрепление мышц, окружающих сустав
- + формирование тазобедренного сустава
- + восстановление объема движений в тазобедренном суставе
- формирование опорности стопы

Специальные пассивные упражнения при врожденном вывихе бедра:

- сгибание ног
- + отведение прямых ног в стороны
- + отведение согнутых ног в стороны
- + круговые движения согнутыми ногами
- + внутренняя ротация бедра

Специальные упражнения при повышенном тоне приводящих мышц бедра у ребенка при родовой травме:

- + сгибание ног с широким разведением бедер
- разгибание ног с широким разведением бедер
- + «ладушки» стопами
- рефлекторное ползание
- + ротация бедра во внутрь

Клиническое проявление повышенного тонуса мышц сгибателей стопы у ребенка при родовой травме:

- + опора нижней конечности осуществляется на всю стопу
- + опора нижней конечности осуществляется на пальцы ног
- опора нижней конечности осуществляется на пятки

Специальным пассивным упражнением при повышенном тоне сгибателей стопы у ребенка при родовой травме является:

- сгибание стопы
- + разгибание стопы
- отведение стопы

- приведение стопы

При повышенном тоне сгибателей стопы у ребенка при родовой травме в ЛФК

используются врожденные рефлексы:

+ рефлекс опоры

+ рефлекс автоматической походки

+ рефлекс ползания

- рефлекс Галанта

Для стимуляции отведения и разгибания большого пальца рук у ребенка применяют:

- сгибание пальцев рук

+ разгибание пальцев рук

+ «ладушки» руками

+ поглаживание руками ребенка по лицу взрослого

+ сопоставление пальцев ребенка

Основные задачи лечебной гимнастики при спастических формах:

+ обучение активному расслаблению спастических напряженных мышц

+ предупреждение контрактур

+ укрепление ослабленных мышц

+ стимуляция двигательной функции

- формирование правильной осанки

Основные задачи лечебной гимнастики при гиперкинетической форме:

+ устранение порочных положений отдельных частей тела

+ обучение самоторможению произвольных движений

- предупреждение развития контрактур
- формирование правильной осанки

Непроизвольные движения при детском церебральном параличе подавляются с помощью:

- + утяжеленных костюмов
- + костюма «космонавта»
- + специальных укладок
- + выкладывания на живот
- лечебного массажа

При детском церебральном параличе расслабление мышц туловища достигается:

- + позой эмбриона
- + укладыванием ребенка на мяч в положении на спине
- + укладыванием ребенка на мяч в положении на животе
- рефлекторными упражнениями

Рефлекс опоры и автоматической походки при детском церебральном параличе стимулируются в положении ребенка:

- + стоя с поддержкой туловища под мышки с опорой стопами на палку 5-6 см в диаметре
- + стоя с поддержкой туловища под мышки с опорой стопами на шероховатую жесткую поверхность
- + лежа на спине с согнутыми в суставах ногами с опорой на стопы
- сидя с поддержкой

При акушерском параличе применяются:

- + пассивные упражнения для пораженной конечности

- активные упражнения для пораженной конечности
- рефлекторные упражнения
- идеомоторные упражнения

Задачи лечебной гимнастики при акушерском параличе:

- + улучшение кровообращения в пораженной конечности
- + предупреждение атрофии пораженных мышц
- предупреждение контрактур
- + укрепление ослабленных мышц
- + восстановление двигательной функции в пораженной конечности

Основные задачи лечебной гимнастики при миотоническом синдроме:

- + укрепление ослабленных мышц
- + укрепление суставно-связочного аппарата
- + нормализация тонуса мышц
- предупреждение развития контрактуры

Лечебная гимнастика при непроизвольных движениях направлена на:

- + уменьшение проявлений непроизвольных движений
- + уменьшение амплитуды гиперкинезов
- + подавление гиперкинезов
- борьбу с контрактурами

Задачи лечебной гимнастики при гиперкинезах:

- + обучение самоторможению непроизвольных движений
- + устранение порочных положений отдельных частей тела

- + улучшение координации движений
- + улучшение опороспособности нижних конечностей
- обучение жизненно необходимым навыкам

Дыхательную мускулатуру укрепляют:

- + выдох с сопротивлением
- + вдох с сопротивлением
- наклоны
- повороты

Выдох с сопротивлением используют при:

- + хроническом бронхите
- + хронической пневмонии
- бронхиальной астме
- плеврите

Задержка на вдохе показана при:

- бронхиальной астме
- хроническом бронхите
- бронхоэктатической болезни
- + плеврите

Основные цели звуковой гимнастики при бронхиальной астме:

- тренировка удлиненного вдоха
- + тренировка удлиненного выдоха
- + расслабление бронхов
- + отхождение мокроты

Основная цель ЛФК при бронхоэктатической болезни:

- укрепление дыхательной мускулатуры
- увеличение экскурсии грудной клетки
- + улучшение отхождения мокроты
- профилактика плевральных спаек

При наличии гнойного очага в нижних долях легкого используют исходные положения:

- лежа на спине
- + лежа на спине с приподнятым ножным концом
- + лежа на животе с приподнятым ножным концом
- сидя
- стоя

При наличии гнойного очага в средней доле правого легкого используют исходные положения:

- + лежа на спине с подтянутыми к груди ногами
- + лежа на животе с опущенным головным концом
- лежа на правом боку
- + лежа на левом боку
- стоя

При наличии гнойного очага в верхней доле легкого используют исходные положения:

- + лежа на здоровом боку
- + сидя
- + стоя
- лежа на спине с приподнятым ножным концом
- лежа на животе с приподнятым ножным концом

Цель частой смены исходных положений при лечении заболеваний органов дыхания:

- укрепление дыхательной мускулатуры
- + улучшение отхождение мокроты
- расслабление дыхательной мускулатуры

Специальные упражнения для растяжения плевральных спаек:

- + наклоны туловища в здоровую сторону на выдохе
- + наклоны туловища в здоровую сторону на вдохе
- + повороты в здоровую сторону
- повороты в больную сторону

В разгар пневмонии у детей грудного возраста исключается исходное положение:

- на спине
- + на животе
- на боку

При пневмонии в период выздоровления у детей первого года жизни применяют упражнения:

- + рефлекторные
- + пассивные
- + активные
- идеомоторные

При пневмонии у детей в подострый период основной задачей лечебной физкультуры является

- + компенсация дыхательной недостаточности
- предупреждение рецидива заболевания
- полное восстановление жизненной емкости легких
- восстановление психомоторного развития ребенка

Задачи лечебной гимнастики при ревматизме на строгом постельном режиме:

- + компенсация недостаточности кровообращения
- + профилактика застойных явлений в легких
- уменьшение воспалительных явлений в миокарде
- нормализация функции дыхания

При ревматизме на строгом постельном режиме применяются исходные положения:

- + лежа на спине
- лежа на правом боку
- лежа на левом боку
- + полулежа
- сидя

При ревматизме на строгом постельном режиме занятие лечебной гимнастикой проводится:

- + индивидуально
- малогрупповым методом
- групповым методом

При ревматизме на строгом постельном режиме назначают пассивные упражнения на:

- мелкие мышечные группы
- + средние мышечные группы
- + крупные мышечные группы

При ревматизме на строгом постельном режиме назначают активные упражнения на:

- + мелкие мышечные группы
- средние мышечные группы
- крупные мышечные группы

При ревматизме на строгом постельном режиме назначают дыхательные упражнения:

- + статические
- динамические

При ревматизме на строгом постельном режиме темп упражнений:

- + медленный
- средний
- быстрый

При ревматизме на постельном режиме применяются исходные положения:

- + лежа на спине
- + полусидя
- стоя
- на четвереньках
- лежа на животе

При ревматизме на постельном режиме назначают активные упражнения с помощью на:

- мелкие мышечные группы
- + средние мышечные группы
- + крупные мышечные группы

При ревматизме на постельном режиме темп упражнений для средних мышечных групп:

- + медленный
- средний
- быстрый

При ревматизме на постельном режиме продолжительность занятия:

- + 10 - 12 минут
- 15 - 20 минут
- 20 - 25 минут
- 30 - 35 минут.

При ревматизме на расширенном постельном режиме применяются исходные положения:

- + лежа на спине
- + сидя в постели со спущенными ногами
- стоя
- стоя на четвереньках

При ревматизме расширенном постельном режиме применяют дыхательные упражнения:

- + статические
- + динамические
- идиоматорные

При ревматизме на расширенном постельном режиме активные упражнения назначают на:

- + мелкие мышечные группы
- + средние мышечные группы
- крупные мышечные группы

При ревматизме на палатном режиме задачи лечебной гимнастики:

- + стойкая компенсация недостаточности кровообращения
- + улучшение обменных процессов миокарда
- + нормализация дыхания
- + адаптация организма к расширяющейся физической нагрузке
- формирование правильной осанки

При ревматизме на палатном режиме занятия лечебной гимнастикой проводят:

- индивидуально
- + малогрупповым методом
- + групповым методом

При ревматизме на палатном режиме быстрый темп упражнений назначают на:

- + мелкие мышечные группы
- + средние мышечные группы
- крупные мышечные группы

При ревматизме на палатном режиме задачи лечебной гимнастики:

- + улучшение и нормализация функции сердечно-сосудистой системы
- + ликвидация воспалительных изменений в миокарде
- + повышение физической работоспособности
- уменьшение застойных явлений в легких
- нормализация функции опорно-двигательного аппарата

При ревматизме на палатном режиме продолжительность занятия:

- 10 - 12 минут
- 15 - 20 минут
- + 20 - 25 минут
- 30 - 35 минут

Составители программы

Хисамутдинова З.А., доктор медицинских наук, директор ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».

Лукияненко Т.А. преподаватель высшей категории ОДПО ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».

Билялова Э.Р., преподаватель высшей категории, старший методист ОДПО ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».