

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**по дисциплине «ЛФК и массаж» (массаж) для студентов 3 курса дфпо**  
**и 4 курса зфпо для всех факультетов к зачету**

1. История развития массажа.
2. Физиологические основы массажа.
3. Влияние массажа на нервную систему.
4. Влияние массажа на кожу.
5. Влияние массажа на сердечно-сосудистую систему.
6. Влияние массажа на суставно-связочный аппарат.
7. Влияние массажа на мышечную систему.
8. Влияние массажа на внутренние органы и обмен веществ.
9. Формы и методы массажа.
10. Поглаживание, понятие о приеме, физиологическое действие.
11. Разновидности приемов поглаживания.
12. Выжимание, понятие о приеме. Физиологическое действие.
13. Разновидности приемов выжимания.
14. Разминание, понятие о приеме, физиологическое действие.
15. Разновидности приемов разминания.
16. Растирание, понятие о приеме, физиологическое действие.
17. Разновидности приемов растирания.
18. Виды движений, физиологическое действие.
19. Ударные приемы, физиологическое действие.
20. Виды ударных приемов.
21. Виды сотрясающих приемов.
22. Вибрация, понятие о приеме.
23. Понятие о частном массаже.
24. Массаж спины.
25. Массаж шеи.
26. Массаж плеча.
27. Массаж предплечья.
28. Массаж области таза.
29. Массаж бедра.
30. Массаж икроножной мышцы.
31. Массаж ахиллова сухожилия.
32. Массаж коленного сустава.
33. Массаж голеностопного сустава.
34. Массаж груди.
35. Массаж локтевого сустава.
36. Массаж лучезапястного сустава.
37. Массаж живота.
38. Общий массаж, цели его применения.
39. Гигиенический массаж, цели его применения.
40. Лечебный массаж, цели его применения.
41. Спортивный массаж, цели его применения. Подразделения.

42. Тренировочный массаж, цели его применения.
43. Предварительный массаж, цели его применения.
44. Восстановительный массаж, цели его применения.
45. Использование бани в спортивной практике.
46. Методика массажа при периаартрите локтевого сустава.
47. Методика массажа при тендовагините сгибателей кисти.
48. Методика массажа при ушибах.
49. Методика массажа при повреждениях сумочно-связочного аппарата.
50. Методика массажа при тендовагините разгибателей стопы.
51. Методика массажа при переломе мыщелков большой берцовой кости.
52. Методика массажа при вывихах.
53. Методика проведения массажа при спортивных травмах различной локализации.
54. Методика массажа при артрозе коленного сустава.
55. Методика массажа при переломе костей голени в области голеностопного сустава.
56. Методика массажа при остром миозите.
57. Методика массажа при артрозе локтевого сустава.
58. Методика массажа при переломах надколенника.
59. Методика массажа при вывихах надколенника.

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**по дисциплине «ЛФК и массаж» (ЛФК) для студентов 3 курса дфпо**  
**всех факультетов к зачету**

1. Понятие о лечебной физической культуре.
2. История применения лечебной физической культуры.
3. Средства ЛФК, классификация физических упражнений, их краткая характеристика.
4. Виды и характеристика дыхательных упражнений.
5. Спортивно-прикладные упражнения и игры как средства ЛФК в разные периоды реабилитации.
6. Формы лечебной физической культуры.
7. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
8. Тонизирующее действие физических упражнений.
9. Трофическое действие физических упражнений.
10. Механизм формирования компенсации.
11. Механизм нормализации функции.
12. Двигательные режимы на стационарном этапе реабилитации.
13. Двигательные режимы на поликлиническом и санаторном этапах реабилитации.
14. Методы врачебно-педагогической оценки влияния ЛФК.
15. Комплексное лечение. Роль ЛФК в комплексном лечении.
16. ЛФК – метод неспецифической функциональной терапии.
17. ЛФК – метод патогенетического лечения.
18. Дозирование физических нагрузок в ЛФК.
19. Переломы костей. Признаки. Классификация. Лечение.
20. Механизмы лечебного действия физических упражнений при переломах костей.
21. Стадии образования костной мозоли. Средства ЛФК, ускоряющие этот процесс.
22. Периоды ЛФК при переломах. Общие и частные задачи на различных этапах реабилитации.
23. ЛФК при переломах диафиза предплечья. Специальные упражнения. Периоды ЛФК.
24. ЛФК при переломах диафиза плеча. Специальные упражнения. Периоды ЛФК.
25. ЛФК при переломах костей кисти.
26. ЛФК при переломах костей стопы.
27. ЛФК при диафизарных переломах бедра.
28. ЛФК при переломах костей голени.
29. Характеристика переломов позвоночника, периоды лечения.
30. ЛФК при переломах позвоночника в различных отделах.
31. ЛФК при компрессионных переломах поясничного отдела позвоночника.
32. ЛФК при компрессионных переломах шейного отдела позвоночника.

33. Характеристика переломов костей таза.
34. ЛФК при переломах костей таза.
35. ЛФК при переломах и вывихах ключицы.
36. ЛФК при травмах локтевого сустава.
37. ЛФК при травмах коленного сустава.
38. ЛФК при повреждениях сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава.
39. Оценка эффективности ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.
40. Плоскостопие. Виды. Методы диагностики.
41. Механизмы лечебного действия физических упражнений при плоскостопии.
42. ЛФК при плоскостопии. Специальные упражнения. Оценка эффективности ЛФК при плоскостопии.
43. Трудотерапия при лечении переломов и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Определение и краткая характеристика.
44. Характеристика и причины возникновения сколиотической болезни.
45. ЛФК при сколиотической болезни. Специальные упражнения.
46. Механизмы лечебного действия физических упражнений при сколиотической болезни.
47. ЛФК при сколиотической болезни первой и второй степени. Специальные упражнения.
48. ЛФК при сколиотической болезни третьей и четвертой степени. Специальные упражнения.
49. Оценка эффективности ЛФК при сколиотической болезни.
50. Понятие «правильная осанка». Виды нарушений осанки. Причины.
51. Механизмы лечебного действия физических упражнений при нарушениях осанки.
52. Характеристика различных видов нарушения осанки.
53. ЛФК при различных формах нарушений осанки.
54. Оценка эффективности ЛФК при нарушениях осанки.
55. Гидрокинезотерапия при лечении переломов и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Определение и краткая характеристика.
56. ЛФК при артритах.
57. ЛФК при артрозах.
58. ЛФК при артрозах у спортсменов.
59. Оценка эффективности ЛФК при заболеваниях суставов.
60. Механотерапия при лечении переломов и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Определение и краткая характеристика.

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**по дисциплине «ЛФК и массаж» (ЛФК) для студентов 4 курса дфпо и 5**  
**зфпо всех факультетов к экзамену**

1. Понятие о лечебной физической культуре
2. История применения лечебной физической культуры
3. Средства ЛФК, классификация физических упражнений, их краткая характеристика.
4. Виды и характеристика дыхательных упражнений.
5. Спортивно-прикладные упражнения и игры как средства ЛФК в разные периоды реабилитации.
6. Формы лечебной физической культуры.
7. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
8. Тонизирующие действия физических упражнений.
9. Трофическое действие физических упражнений.
10. Механизм формирования компенсации.
11. Механизм нормализации функции.
12. Двигательные режимы на стационарном этапе реабилитации.
13. Двигательные режимы на поликлиническом и санаторном этапах реабилитации.
14. Методы врачебно-педагогической оценки влияния ЛФК.
15. Комплексное лечение. Роль ЛФК в комплексном лечении.
16. ЛФК – метод патогенетического лечения. ЛФК – метод функционального лечения.
17. Дозирование физических нагрузок в ЛФК.
18. Механизм действия физических упражнений при заболевании сердечно-сосудистой системы. Влияние физических упражнений на основные факторы риска патологии сердца и сосудов.
19. Ишемическая болезнь сердца. Понятие. Факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний.
20. Ишемическая болезнь сердца. ЛФК при стенокардии. Периоды. Специальные упражнения
21. Понятие о функциональных классах (ФК). Дозировка нагрузки при ишемических поражениях сердца в зависимости от ФК.
22. ЛФК при гипертонической болезни.
23. ЛФК при гипотонической болезни.
24. Оценка эффективности ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
25. ЛФК при хронических бронхитах.
26. ЛФК при бронхиальной астме.
27. ЛФК при пневмонии.
28. ЛФК при плеврите.
29. Специальные дыхательные упражнения при заболеваниях легких.
30. Оценка эффективности ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
31. ЛФК при хроническом гастрите.

32. ЛФК при язвенной болезни желудка и 12-ти перстной кишки.
33. ЛФК при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.
34. ЛФК при ожирении. Аэробные нагрузки.
35. ЛФК при сахарном диабете.
36. ЛФК при артритах.
37. ЛФК при артрозах у спортсменов.
38. ЛФК при остеохондрозе позвоночника в шейном отделе. Методика ЛФК в I периоде. Задачи. Специальные упражнения.
39. ЛФК при остеохондрозе позвоночника в шейном отделе. Задачи. Специальные упражнения в восстановительном периоде.
40. ЛФК при остеохондрозе позвоночника в поясничном отделе. Периоды ЛФК. Специальные упражнения в I периоде
41. ЛФК при остеохондрозе позвоночника в поясничном отделе. Задачи. Специальные упражнения в восстановительном периоде.
42. Переломы костей. Признаки. Классификация. Лечение.
43. Стадии образования костной мозоли. Средства ЛФК ускоряющие этот процесс.
44. Периоды ЛФК при переломах. Общие и частные задачи на различных этапах реабилитации.
45. ЛФК при переломах диафиза предплечья. Специальные упражнения. Периоды ЛФК.
46. ЛФК при переломах костей стопы.
47. ЛФК при травмах коленного сустава.
48. ЛФК при компрессионных переломах поясничного отдела позвоночника.
49. ЛФК при диафизарных переломах плечевой кости.
50. ЛФК при переломах костей кисти.
51. ЛФК при переломах и вывихах ключицы.
52. ЛФК при травмах локтевого сустава.
53. ЛФК при диафизарных переломах бедра.
54. ЛФК при повреждениях сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава.
55. Оценка эффективности ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.
56. ЛФК при ожогах. Ожоговая болезнь.
57. ЛФК при отморожениях.
58. ЛФК при операциях на органах грудной клетки и брюшной полости.
59. ЛФК при плоскостопии. Специальные упражнения.
60. ЛФК при сколиотической болезни. Специальные упражнения.
61. ЛФК при нарушениях осанки.
62. ЛФК при неврите седалищного нерва. Специальные упражнения.
63. ЛФК при радикулите поясничного отдела позвоночника.
64. ЛФК при неврите лицевого нерва.
65. ЛФК при вялых и спастических параличах.
66. ЛФК при инсульте.
67. ЛФК при закрытых черепно-мозговых травмах.

68. Принцип формирования спецмедгрупп.
69. Методика занятий физическими упражнениями в спецмедгруппах.
70. Особенности методики занятия физическими упражнениями в спецмедгруппах в зависимости от характера отклонения в состоянии здоровья.
71. Особенности методики занятий в СМГ при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
72. Особенности методики занятий в СМГ при заболеваниях дыхательной системы.
73. Особенности методики занятий в СМГ при заболеваниях нервной системы.
74. Особенности методики занятий в СМГ при заболеваниях пищеварительной системы.
75. Врачебно-педагогический контроль при занятиях в спецмедгруппах.

