

УДК 796.015:378.016(075.8)  
ББК 750я73+74.48я73  
Г 24

Рецензенты – кандидат педагогических наук А.И. Акимов.

**Глазина, Т.А.**

Г24 Лечебная физическая культура: практикум для студентов специальной медицинской группы: учебное пособие / Т.А. Глазина, М.И. Кабышева; Оренбургский гос. ун-т. - Оренбург: ОГУ, 2017.– 124 с.  
**ISBN 978-5-7410-1776-0**

Учебное пособие разработано в соответствии с требованиями к выходным знаниям, умениям и компетенциям студента по дисциплине «Физическая культура».

Материал пособия содержит практический материал лечебно-профилактической направленности, который поможет в организации учебных и самостоятельных занятий по физической культуре.

Учебное пособие предназначено студентам специальной медицинской группы, обучающимся по всем направлениям подготовки, также может быть полезно преподавателям физической культуры, врачам и методистам лечебной физкультуры.

УДК 796.015:378.016(075.8)  
ББК 750я73+74.48я73

© Глазина Т.А.,  
Кабышева М.И. 2017,  
© ОГУ, 2017.

## Содержание

Введение.....	5
1 Особенности занятий физической культурой со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.....	6
1.2 Вопросы и задания для самопроверки и контроля к 1 главе.....	15
2 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.....	17
2.1 Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы и основы методики ЛФК.....	17
2.2 Комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.....	36
2.3 Вопросы и задания для самопроверки и контроля ко 2 главе.....	48
3 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения...	49
3.1 Характеристика заболеваний органов пищеварения и основы методики ЛФК.....	49
3.2 Комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях органов пищеварения.....	57
3.3 Вопросы и задания для самопроверки и контроля к 3 главе.....	61
4 Лечебная физическая культура при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ.....	62
4.1 Характеристика заболеваний желез внутренней секреции и расстройств обмена веществ, основы методики ЛФК.....	62
4.2 Комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ.....	69
4.3 Вопросы и задания для самопроверки и контроля к 4 главе.....	74
5 Лечебная физическая культура при заболевании глаз.....	75
5.1 Характеристика заболеваний глаз и основы методики ЛФК.....	75
5.2 Комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях глаз.....	85
5.3 Вопросы и задания для самопроверки и контроля к 5 главе.....	90

6 Лечебная физическая культура при функциональных нарушениях осанки.....	91
6.1 Характеристика функциональных нарушений осанки и основы методики ЛФК.....	91
6.2 Методика определения плоскостопия и основы ЛФК.....	101
6.3 Комплексы лечебной физической культуры при функциональных нарушениях осанки и плоскостопии.....	110
6.4 Вопросы и задания для самопроверки и контроля .....	122
Список использованных источников.....	123