

УДК: 615.825(07)

Ш 33

Утверждено на заседании  
ЭМС Института туризма,  
рекреации, реабилитации и фитнеса  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»  
Протокол № 114 от 25 марта 2021 г.

**Рецензенты:** доктор медицинских наук, профессор Смоленский А.В., доктор медицинских наук, профессор Гониянц С.А.

**Автор:** Швыгина Наталия Владимировна – доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини, к.п.н.

**«Лечебная физическая культура в ортопедии»:** курс лекций для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». – М.: ФГБУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2021. – 154 с.

В курсе лекций по дисциплине «Лечебная физическая культура в ортопедии» изложены сведения о проведении различных методик при ортопедических заболеваниях опорно-двигательного аппарата в реабилитационных центрах, в дошкольных и школьных учреждениях, раскрыты различные методики и программы реабилитации для детей и взрослых.

Курс лекций содержит учебный материал по основным темам учебных программ для проведения практических и семинарских занятий.

Предназначено для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», а также для учителей физической культуры, методистов и инструкторов по ЛФК, аспирантов и преподавателей.

Курс лекций представлен в соответствии с последней программой и образовательным стандартом ФГОС по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» квалификация бакалавр.

ISBN 978-5-907292-36-9



9 785907 292369 >

## СОДЕРЖАНИЕ

Перечень сокращений	4
Введение	5
Лекция 1. Характеристика видов нарушений осанки и причины ее возникновения	8
Лекция 2. Клинико-физиологическое обоснование действия средств физической реабилитации	27
Лекция 3. Лечебная гимнастика при различных видах нарушения осанки в сагиттальной плоскости	39
Лекция 4. Роль, меры и средства профилактики при нарушениях осанки. Клинико-функциональные обследования при нарушениях осанки	50
Лекция 5. Лечебная физическая культура при сколиозе	66
Лекция 6. Типы сколиоза. Виды и методы лечения при сколиозе. Клинико-биомеханическое обоснование действия физических упражнений при сколиозе	78
Лекция 7. Роль и место ЛФК в лечении сколиоза	95
Лекция 8. Профилактика развития сколиоза	105
Лекция 9. ЛФК при плоскостопии	113
Лекция 10. Клинические проявления плоскостопия. Методы осмотра и исследования	123
Лекция 11. Коррекционно-реабилитационные мероприятия при плоскостопии	133
Заключение	147
Список литературы	148