



**Министерство образования Ставропольского края
Автономная некоммерческая организация дополнительного
профессионального образования
«Международный институт современного образования»
(АНО ДПО «МИСО»)**

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНО ДПО «МИСО»

Е.В. Шелыгина
(подпись)
"15" июня 2021г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ
ОРГАНОВ»
36 ак.ч.**

Специальность: Лечебная физкультура

Ессентуки-2021

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Название: «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов»

2. Трудоемкость: 36 ак.ч.

3. Специальность: Лечебная физкультура

4. Дополнительная специальность: Реабилитационное сестринское дело

5. Категория слушателей: специалисты со средним профессиональным образованием по одной из специальностей: «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Сестринское дело» и профессиональной переподготовкой по специальности «Лечебная физкультура» при наличии среднего профессионального образования по одной из специальностей: «Лечебное дело», «Акушерское дело», «Сестринское дело».

Должности: инструктор по лечебной физкультуре, старшая медицинская сестра

6. Форма обучения: заочная

7. Пояснительная записка:

Настоящая дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов», специальность «Лечебная физкультура» *разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:*

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

3. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 23.07.2010 №541н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты от 31 июля 2020 года N476н «Об утверждении профессионального стандарта "Медицинская сестра по реабилитации" (зарегистрирован в Минюсте России 4 сентября 2020 года, N59650);

5. Приказ Министерства здравоохранения РФ №1183н от 20.12.2012г. «Об утверждении номенклатуры должностей медицинских работников и фармацевтических работников»;

6. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 16.04.2008 №176н «О Номенклатуре специальностей специалистов со средним медицинским и фармацевтическим образованием в сфере здравоохранения Российской Федерации»;

7. Приказ Минздрава России от 10.02.2016 N83н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам со средним медицинским и фармацевтическим образованием»;

8. Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

9. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 03.08.2012 г. №66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»;

10. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15.03.2021 № 205н «Об утверждении Порядка выбора медицинским работником программы повышения квалификации в организации, осуществляющей образовательную деятельность, для направления на дополнительное профессиональное образование за счет средств нормированного страхового запаса Федерального фонда обязательного медицинского страхования, нормированного страхового запаса территориального фонда обязательного медицинского страхования»;

11. Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов (утв. Минобрнауки России 22.01.2015 N ДЛ-1/05вн).

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации (далее – ДПП ПК) «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» является нормативно-методическим документом, регламентирующим содержание и организационно-методические формы обучения по основной специальности «Лечебная физкультура».

ДПП ПК «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» разработана Автономной некоммерческой организацией дополнительного профессионального образования «Международный институт современного образования» (далее - АНО ДПО «МИСО»).

Актуальность ДПП ПК «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» обусловлена тем, что проблема заболеваемости внутренних органов, травматизма актуальна не только в нашей стране, но и во всем мире. Целью реабилитационных мероприятий является полное восстановление утраченных возможностей организма человека, однако если этого нельзя достигнуть, то в таком случае ставится задача частичного восстановления, либо компенсация нарушенной или утраченной функции, но в любом случае – замедление прогрессирования заболевания. На сегодняшний день лечебную физическую культуру рассматривают как важнейшую часть комплексного лечения больных; она становится все более популярной во всей системе лечебно-профилактических учреждений.

Целевая аудитория программы: инструктор по лечебной физкультуре, старшая медицинская сестра.

Цель ДПП ПК: совершенствование, систематизация и углубление теоретических знаний и умений слушателей, необходимых для профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации в области применения лечебной физкультуры при заболеваниях внутренних органов.

Задачи при обучении на ДПП ПК:

- изучить основы лечебной физической культуры (характеристика основ и клинико-физиологическое обоснование ЛФК; механизмы действия физических упражнений на организм; средства лечебной физкультуры; общие требования к методике применения физических упражнений; организация занятий ЛФК);
- изучить основы лечебной физкультуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ЛФК при инфаркте миокарда, ишемических и воспалительных заболеваниях сердечной мышцы, артериальной гипертензии и гипотензии, после операций на сердце);
- изучить основы лечебной физической культуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (ЛФК при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, заболеваниях печени и желчевыводящих путей, после операций на желудке);
- изучить основы лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания (ЛФК при острой пневмонии, хроническом бронхите, бронхиальной астме, плеврите, после операций на органах грудной клетки и полости);
- изучить основы лечебной физической культуры при заболеваниях нервной системы (основные положения ЛФК в лечении неврологических больных, ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения, при патологии центральной нервной системы, заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы, при неврозах, невритах, радикулите и остеохондрозе);
- изучить основы лечебной физической культуры при заболеваниях обмена веществ (ЛФК при ожирении и сахарном диабете).

Обучение проводится в заочной форме.

Образовательная деятельность по реализации ДПП ПК «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ:

- лекции (изучение текстовых материалов, а также аудио- и видеолекций);
- самостоятельная работа (изучение материалов дополнительной литературы, размещенной в СДО, индивидуальные консультации с применением электронных средств, прохождение тестирования по изученным материалам каждой темы ДПП ПК; тестирование считается пройденным успешно, если даны верные ответы на более чем 70% вопросов);
- итоговая аттестация (проводится в форме электронного тестирования, состоящего из 15 вопросов по всем темам курса; обучающийся считается успешно прошедшим итоговую аттестацию, если им дано более 10 правильных ответов).

8. Кадровое обеспечение:

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» осуществляется с привлечением высококвалифицированных специалистов, имеющих высшее и среднее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным.

Для методического руководства ДПП ПК Приказом директора АНО ДПО «МИСО»

назначается руководитель ДПП ПК из числа штатных преподавателей АНО ДПО «МИСО». Руководитель программы несет персональную ответственность за организацию и осуществление образовательной деятельности, формирует преподавательский состав, участвует в заседаниях итоговых аттестационных комиссий.

9. Новые компетенции: нет

10. Стажировка: нет

11. Симуляционное обучение: нет

12. Дистанционные образовательные технологии и электронное обучение

Использование: да

Каждый слушатель в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным и неограниченным доступом в системе дистанционного обучения «СДО АНО ДПО «МИСО» на платформе Indigo (режим доступа: <http://91.143.17.4:85>) (далее – СДО). СДО обеспечивает возможность доступа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), как на территории организации, так и вне ее. В СДО обеспечивается:

- доступ к учебному плану, рабочей программе дисциплин, к электронной библиотеке и электронным образовательным ресурсам по дисциплинам;
- фиксация хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения программы;
- проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;
- формирование электронного портфолио слушателя, в том числе сохранение результатов изучения учебно-методических материалов и прохождения установленных элементов промежуточной аттестации;
- взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет».

Функционирование СДО обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование СДО соответствует законодательству Российской Федерации. Доступ слушателей к электронной информационно-образовательной среде осуществляется с помощью присваиваемых и выдаваемых им логинов, и паролей.

Логин и пароль состоит из буквенных и цифровых символов, генерируемых случайным образом датчиком случайных чисел. Слушателю одновременно с направлением логина и пароля также направляется инструкция пользователя по работе в СДО. Введя логин и пароль, слушатель получает доступ к электронным информационным ресурсам и электронным образовательным ресурсам.

Электронные информационные ресурсы представляют собой базу законодательных, нормативных правовых актов, нормативно-технических документов, национальных стандартов по дополнительной профессиональной программе.

Электронные образовательные ресурсы представляют собой учебные материалы, разработанные на основе законодательных, нормативно-правовых актов, нормативно-технических документов, национальных образовательных стандартов. Учебный материал разбит на модули, которые в свою очередь разбиты на разделы и темы. В материалах каждого модуля содержатся лекции (в текстовом формате, а также аудио- и видеолекции), задания для выполнения обучающимся, выполнив которые, он может отправить результаты преподавателю через личный кабинет.

Итоговая аттестация проводится в электронной информационно-образовательной среде с рабочего места слушателя с использованием программного обеспечения электронной информационно-образовательной среды в форме тестирования.

13. Сетевая форма реализации: нет

14. Основа обучения:

Бюджетные ассигнования	Внебюджетные средства	Средства ТФОМС
нет	да	да

15. Стоимость обучения:

Стоимость обучения одного слушателя за счет внебюджетных средств, руб.	Стоимость обучения одного слушателя за счет средств ТФОМС
3000 руб.	3000 руб.

Основание: Приказ директора АНО ДПО «МИСО» «Об установлении стоимости оказания платных образовательных услуг по дополнительным профессиональным программам повышения квалификации на 2021-2022 год» от 01.04.2021г № 21040101.

16. Рекомендация к реализации

в рамках «аккредитационного» пятилетнего цикла	за счет средств ТФОМС
Да	Да

17. Год утверждения программы: 2021

18. Адрес размещения программы в сети «Интернет»:

<http://misokmv.ru/org-info/education-program?id=33>

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Основная специальность: Лечебная физкультура

Дополнительная специальность: Реабилитационное сестринское дело

Целевая аудитория программы: инструктор по лечебной физкультуре, старшая медицинская сестра.

Обоснование целевой аудитории в соответствии с категорией ДПП ПК

В рамках **основной специальности «Лечебная физкультура»** программа направлена на освоение (совершенствование) следующих профессиональных компетенций (на основе квалификационной характеристики инструктора по лечебной физкультуре, утвержденной Приказом Минздравсоцразвития РФ от 23 июля 2010 г. N541н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения"), которые соответствуют должностным обязанностям:

Квалификационная характеристика Инструктор по лечебной физкультуре	
Должностные обязанности	Должен знать:
1. Подготавливает помещение, гимнастические предметы и снаряды для проведения занятий по лечебной физкультуре (ПК-1) 2. Показывает физические упражнения и осуществляет страховку больных при их выполнении. Следит за правильностью выполнения больными физических упражнений и переносимостью занятий (ПК-2)	Методику проведения занятий по лечебной физкультуре для больных с различными заболеваниями; показания к проведению занятий по лечебной физкультуре; методы лечения и профилактики заболеваний и травм; виды, формы и методы реабилитации; организацию и проведение мероприятий по реабилитации пациентов.

В рамках **дополнительной специальности «Реабилитационное сестринское дело»** программа направлена на освоение (совершенствование) следующих профессиональных компетенций (на основе профстандарта «Медицинская сестра по реабилитации», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты от 31 июля 2020 года N476н «Об утверждении профессионального стандарта "Медицинская сестра по реабилитации"»)), которые соответствуют трудовым функциям:

– *«А/02.5 Проведение мероприятий по медицинской реабилитации, в том числе при реализации индивидуального плана медицинской реабилитации»*

Профессиональный стандарт «Медицинская сестра по реабилитации»		
Трудовая функция		Трудовые действия
Наименование	Код	
Проведение мероприятий по медицинской реабилитации, в том числе при реализации индивидуального плана медицинской реабилитации (ПК-1,2)	А/02.5	ТД 1: Применение лекарственных препаратов, медицинских изделий (в том числе технических средств реабилитации и ассистивных устройств) и лечебного питания в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи и порядком организации медицинской реабилитации, клиническими рекомендациями, с учетом стандартов медицинской помощи ТД 2: Проведение индивидуальных и групповых обучающих занятий с пациентом и членами его семьи

		по формированию навыков самоухода, навыков здорового образа жизни, первичной и вторичной профилактики <i>Должен знать:</i> - Основы лечебной физкультуры: показания и противопоказания к выполнению упражнений, типы реакции на физическую нагрузку, признаки физического утомления - Правила выполнения пассивных, пассивно-активных и активно-пассивных упражнений
--	--	---

III. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ»

Объем программы: 36 ак.ч.

Режим занятий: не более 8 ак.ч. в день, не более 6 дней в неделю

Общая продолжительность программы: 6 дней, 1 неделя

Форма обучения: заочная

п/п	Наименование модулей	Объем, ак.ч.	Лекция	Самост работа (в т.ч консультации)	Формируемые компетенции	Форма контроля
1	Основы лечебной физической культуры	7	6	1	ПК-1 ПК-2	Тест
2	Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	7	5	2	ПК-1 ПК-2	Тест
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	4	3	1	ПК-1 ПК-2	Тест
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	6	5	1	ПК-1 ПК-2	Тест
5	Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы	7	5	2	ПК-1 ПК-2	Тест
6	Лечебная физическая культура при заболеваниях обмена веществ	4	3	1	ПК-1 ПК-2	Тест
Итоговая аттестация (итоговое тестирование)		1	-	1		Тестирование
ИТОГО		36	27	9		

**IV. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ»**

Объем программы: 36 ак.ч.

Режим занятий: не более 8 ак.ч. в день, не более 6 дней в неделю

Общая продолжительность программы: 6 дней, 1 неделя

Форма обучения: заочная

№ п/п	Наименование модулей, разделов и тем	Общее кол-во часов	Лекция	Самост работа (в т.ч консуль тации)	Форма контроля
1	Основы лечебной физической культуры	7	6	1	Тест
1.1	Характеристика основ ЛФК	1	1	-	
1.2	Клинико-физиологическое обоснование ЛФК	2	1	1	
1.3	Механизмы действия физических упражнений на организм	1	1	-	
1.4	Средства лечебной физкультуры	1	1	-	
1.5	Общие требования к методике применения физических упражнений	1	1	-	
1.6	Организация занятий ЛФК	1	1	-	
2	Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	7	5	2	Тест
2.1	ЛФК при ишемических заболеваниях миокарда	2	1	1	
2.2	ЛФК при воспалительных заболеваниях сердечной мышцы	1	1	-	
2.2	ЛФК при инфаркте миокарда	2	1	1	
2.4	ЛФК при артериальной гипертензии и гипотензии	1	1	-	
2.5	ЛФК после операций на сердце	1	1	-	
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	4	3	1	Тест
3.1	ЛФК при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах	2	1	1	

3.2	ЛФК при заболеваниях печени и желчевыводящих путей	1	1	-	
3.3	ЛФК после операций на желудке	1	1	-	
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	6	5	1	Тест
4.1	ЛФК при острой пневмонии	1	1	-	
4.2	ЛФК при хроническом бронхите	1	1	-	
4.3	ЛФК при бронхиальной астме	2	1	1	
4.4	ЛФК при плеврите	1	1	-	
4.5	ЛФК после операций на органах грудной клетки и полости	1	1	-	
5	Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы	7	5	2	Тест
5.1	Основные положения ЛФК в лечении неврологических больных	2	1	1	
5.2	ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения	2	1	1	
5.3	ЛФК при патологии центральной нервной системы	1	1	-	
5.4	ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы	1	1	-	
5.5	ЛФК при неврозах, невритах, радикулите и остеохондрозе	1	1	-	
6	Лечебная физическая культура при заболеваниях обмена веществ	4	3	1	Тест
6.1	ЛФК при ожирении	2	2	-	
6.2	ЛФК при сахарном диабете	2	1	1	
	Итоговая аттестация (итоговое тестирование)	1	-	1	Тестирование
	ИТОГО	36	27	9	

**V. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ»**

№ дня	1	2	3	4	5	6
Виды учебной нагрузки¹	Л, СР	Л, СР, ИА				

¹ Л – лекции; СР – самостоятельная работа; ИА – итоговая аттестация

VI. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для реализации ДПП ПК «Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов» Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Международный институт современного образования» использует систему дистанционного обучения «СДО АНО ДПО «МИСО» на платформе Indigo», которая обеспечивает возможность обучающимся не только знакомиться с лекционными материалами, но и выполнять задания преподавателей, проходить тестирования, а также взаимодействовать с преподавателями по возникающим вопросам в режиме чата. Все учебные материалы разрабатывают высококвалифицированные преподаватели, имеющие практический опыт работы по профилю ДПП ПК.

VII. ТЕКУЩИЙ, ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ И ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ

Текущий контроль знаний – задания (в форме вопросов с несколькими вариантами ответов (тест)), которые обучающемуся предлагается выполнить во время изучения конкретной темы учебно-тематического плана.

Для проведения мероприятий текущего контроля знаний используется тест, содержащий в себе от 5 до 10 вопросов по конкретной теме учебно-тематического плана. Обучающийся считается успешно прошедшим текущий контроль знаний, если он представил верные ответы не менее чем на 70% вопросов теста.

Промежуточный контроль знаний – задания в форме теста, которые обучающемуся предлагается выполнить после изучения каждого модуля учебного плана.

Для проведения мероприятий промежуточного контроля знаний используется тест, содержащий в себе от 10 до 15 вопросов по конкретному модулю учебного плана. Обучающийся считается успешно прошедшим промежуточный контроль знаний, если он представил верные ответы не менее чем на 70% вопросов теста.

Итоговый контроль знаний (итоговая аттестация) – задания в форме теста, которые обучающемуся предлагается выполнить после освоения теоретической части ДПП ПК.

Для проведения итогового контроля знаний используется тест, содержащий в себе 15 вопросов по всем модулям ДПП ПК. Обучающийся считается успешно прошедшим итоговую аттестацию, если он представил верные ответы не менее чем на 10 вопросов теста.

Оценка качества освоения ДПП ПК слушателями включает промежуточную аттестацию в форме самостоятельной работы, тестов. Освоение программы завершается итоговой аттестацией по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации посредством проведения итогового тестирования и выявляет теоретическую подготовку слушателя в соответствии с целями и содержанием программы.

Обучающимся, успешно прошедшим итоговую аттестацию выдается удостоверение о повышении квалификации установленного АНО ДПО «МИСО» образца. Обучающимся, получившим на итоговой аттестации неудовлетворительный результат, выдается справка об обучении или о периоде обучения.

VIII. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Примерные вопросы для итоговой аттестации

1. Статические упражнения - это упражнения
 - а) сопровождаемые движением
 - б) со снарядами
 - в) при которых не происходит изменения длины мышц
 - г) при которых происходит изменения длины мышц
 - д) с гантелями

2. Рекомендуемые упражнения для беременных в III триместре беременности
 1. дыхательные
 2. на снарядах
 3. прыжки
 4. с гирями
 5. для дистальных мышц нижних конечностей
 - а) 1, 2, 3
 - б) 1, 2, 4
 - в) 1, 2, 5
 - г) 2, 3, 4
 - д) 2, 4, 5

3. Специальные упражнения для больных хроническим гастритом
 1. брюшное дыхание
 2. грудное дыхание
 3. упражнения для глаз
 4. упражнения для брюшного пресса
 5. упражнения для мышц спины
 - а) 1, 2, 3
 - б) 1, 2, 4
 - в) 1, 4, 5
 - г) 1, 3, 5
 - д) 2, 3, 4

4. Рекомендуемые упражнения для больных сахарным диабетом
 1. дыхательные
 2. с сопротивлением
 3. статические
 4. динамические для нижних конечностей
 5. для брюшного пресса
 - а) 1, 2, 3
 - б) 1, 2, 4
 - в) 1, 3, 4
 - г) 1, 4, 5
 - д) 2, 3, 4

5. Рекомендуемые формы ЛФК для больных сахарным диабетом
 1. лечебная гимнастика
 2. терренкур
 3. дозированная ходьба
 4. бег на длинные дистанции

5. спортивные игры
- а) 1, 2, 3
 - б) 1, 2, 4
 - в) 1, 3, 4
 - г) 3, 4, 5
 - д) 2, 4, 5
6. Рекомендуемые упражнения для больных гастроптозом
- 1. диафрагмальное дыхание
 - 2. прыжки
 - 3. упражнения для мышц брюшного пресса
 - 4. упражнения для нижних конечностей
 - 5. бег на месте
- а) 1, 2, 3
 - б) 2, 3, 5
 - в) 2, 3, 5
 - г) 1, 2, 4
 - д) 1, 3, 4
7. Терренкур - это
- а) бег трусцой
 - б) упражнения со снарядами
 - в) дозированное восхождение
 - г) упражнения на сопротивление
 - д) бег на короткие дистанции
8. Рекомендуемая продолжительность курса при спланхноптозе
- а) всю жизнь
 - б) 1 месяц
 - в) 3 месяца
 - г) 0,5 года
 - д) 1 год
9. Наиболее рациональное время для проведения бронхдренажной гимнастики
- а) до обеда
 - б) после обеда
 - в) перед сном
 - г) после ночного сна
 - д) до ужина
10. Идеомоторные упражнения - это
- а) упражнения с сопротивлением
 - б) упражнения на аппаратах
 - в) статические дыхательные упражнения
 - г) динамические дыхательные упражнения
 - д) мысленная посылка импульсов к мышцам

IX. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Литература

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура/ Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова - М.: Владос-Пресс, 2010. - 777с.
2. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура (для бакалавров) / Э.Н. Вайнер. - М.: КноРус, 2017. - 480 с.
3. Дейли, Дебра Лечебная гимнастика. Энциклопедия/ Дебра Дейли. - М.: Издательство "Эксмо" ООО, 2015. - 224 с.
4. Епифанов, В. А. Основы реабилитации: учебник для медучилищ и колледжей / под ред. В. А. Епифанова, А. В. Епифанова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 416 с.
5. Епифанов, А. В. Медицинская реабилитация: учебник / под ред. А. В. Епифанова, Е. Е. Ачкасова, В. А. Епифанова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 672 с.
6. Киселев, Дмитрий Анатольевич Кинезиотейпинг в лечебной практике неврологии и ортопедии / Киселев Дмитрий Анатольевич. - М.: Питер, 2015. - 477 с.
7. Котешева, И. А. Гимнастика для женщин / И.А. Котешева. - М.: Владос-Пресс, 2008. - 176 с.
8. Лечебная физическая культура. - М.: Физкультура и спорт, 2008. - 376 с.
9. Лечебная физкультура. - М.: Человек, 2013. - 192 с.
10. Милюкова, И. В. Большая энциклопедия оздоровительных гимнастик / И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. - М.: Сова, АСТ, 2007. - 992 с.
11. Пономаренко, Г. Н. Физическая и реабилитационная медицина: национальное руководство / под ред. Г. Н. Пономаренко. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. – 688 с.
12. Соколов, А. В. Теория и практика диагностики функциональных резервов организма / А.В. Соколов, Р.Е. Калинин, А.В. Стома. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 176 с.
13. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 с.

База данных, информационно-справочные системы

1. Российская национальная электронная библиотека (РУНЭБ): www.elibrary.ru
2. Электронная медицинская библиотека "Консультант врача" <http://www.rosmedlib.ru/>
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://ebiblioteka.ru>
4. Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ) <http://feml.scsml.rssi.ru/feml>
5. Русский медицинский журнал <http://www.rmj.ru/i.htm>
6. Электронная библиотека MedLib <http://www.medlib.ws>
7. Электронная библиотечная система IPRbooks
8. Министерство здравоохранения РФ: www.rosminzdrav.ru

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575795

Владелец Шелыгина Елена Владимировна

Действителен с 04.06.2021 по 04.06.2022