



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой  
физической культуры

к.п.н. доцент Заплата О.А. *Заплата*

«29» июня 2023 г.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН практических занятий

элективной дисциплины по физической культуре  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

для студентов 2 курса

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

III семестр

2023-2024 учебный год

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество учебных часов
1	Гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, лечебная дозированная ходьба и другие виды физической нагрузки.	2
2	Самостоятельные занятия и массовые формы лечебной физической культуры.	2
3	Лечебная гимнастика как составная часть реабилитации.	2
4	Основные принципы оздоровительных занятий физической культурой.	2
5	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания (бронхиты, бронхиальная астма).	2
6	Комплекс упражнений, направленных для снижения симптомов заболевания.	2
7	Восстановление ритма дыхания при бронхиальной астме.	2
8	Комплекс упражнений для нормализации ритмического дыхания.	2
9	Комплекс упражнений для увеличения объема легких.	2
10	Комплекс упражнений для увеличения ЖЕЛ (жизненная емкость легких).	2
11	Лечебная физическая культура при заболеваниях глаз (неглубокая степень нарушения зрения, т.е. студенты, относящихся к категории слабовидящих).	2
12	Комплекс упражнений для снижения симптомов заболевания глаз.	2
13	Комплекс упражнений для коррекции близорукости.	2
14	Комплекс упражнений для коррекции дальнозоркости.	2
15	Комплекс упражнений на аккомодацию глаз.	2
16	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозе и плоскостопии: понятие об осанке, механизм формирования осанки; причины нарушений осанки и плоскостопия, виды, их краткая характеристика; ЛФК – основной метод исправления	2



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

	осанки и плоскостопия; задачи и методика ЛФК при различных видах нарушений осанки и плоскостопии.	
17	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (1 степень). Обучение технике выполнения упражнений.	2
18	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (1 степень). Совершенствование техники выполнения упражнений.	2
19	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (2 степень). Обучение технике выполнения упражнений.	2
20	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (2 степень). Совершенствование техники выполнения упражнений.	2
21	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (3 степень). Обучение технике выполнения упражнений.	2
22	Комплекс упражнений при сколиозе позвоночника (3 степень). Совершенствование техники выполнения упражнений.	2
23	Лечебная гимнастика при ожирении.	2
24	Комплекс упражнений при заболеваниях и травмах рук. Комплекс упражнений при заболеваниях и травмах ног.	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>48</b>