

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ ДЛЯ СТУДЕНТОВ 1-ГО КУРСА

Утверждены на заседании кафедры, протокол № 7 от 31.08.2021

I семестр

1. Основные термины и понятия физической культуры.
2. Физическая культура в структуре профессионального образования студентов медицинского ВУЗА.
3. Физическая культура как часть культуры личности студента.
4. Организация и содержание учебной дисциплины «Физическая культура» в медицинском ВУЗЕ.
5. Основные понятия и краткая история развития ЛФК.
6. Лечебная физическая культура – научная дисциплина.
7. Клинико-физиологические обоснования лечебного применения физических упражнений.
8. Механизмы тонизирующего действия физических упражнений.
9. Механизмы трофического действия физических упражнений.
10. Механизмы нормализации патологически измененных функций и целостной деятельности организма.
11. Общие показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений.
12. Характеристика физических упражнений, применяемых при лечении различных заболеваний.
13. Определение понятия «физические упражнения». Сущность понятия «общеразвивающие упражнения».
14. Идеомоторные физические упражнения. Применение их в ЛФК.
15. Классификация гимнастических упражнений по характеристикам.
16. Дыхательные упражнения. Применение их в ЛФК.
17. Статические и динамические дыхательные упражнения. Применение их в ЛФК.
18. Диафрагмальное дыхание. Применение его в ЛФК.
19. Звуковая гимнастика. Ее разновидности. Применение в ЛФК.
20. Дренажные дыхательные упражнения. Применение их в ЛФК.
21. Дыхательная гимнастика, разработанная К.П. Бутейко. Применение в ЛФК.
22. Дыхательная гимнастика, разработанная В. Ф. Фроловым. Применение в ЛФК.
23. Дыхательная гимнастика, разработанная А.Н. Стрельниковой. Применение в ЛФК.
24. Дыхательная гимнастика йогов, китайская дыхательная гимнастика.
25. Корректирующие упражнения. Применение их в ЛФК.

II семестр

1. Дозированная ходьба. Применение в ЛФК.
2. Терренкур. Применение в ЛФК.
3. Физиологическая классификация общеразвивающих упражнений.

4. Факторы окружающей среды, и влияние их на организм человека.
5. Распределение студентов по учебным отделениям (группы «А», «Б», «В»).
Группа «А»: заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения функции эндокринной и нервной системы. Хронические синуситы и воспаления среднего уха, миопия.
6. Группа «Б»: заболевания органов брюшной полости и малого таза, нарушения жирового, водно-солевого обмена, заболевания почек.
7. Группа «В»: нарушения опорно-двигательного аппарата, снижение двигательной функции.
8. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Правила составления. Дозирование нагрузки.
9. Гимнастическая терминология при составлении комплекса УГ. Запись ОРУ.
10. Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики с использованием исходного положения – лежа, сидя, стоя.
11. Формы лечебной физической культуры.
12. Построение частных методик в ЛФК.
13. Методы, используемые в ЛФК.
14. Физические упражнения в воде. Показания и противопоказания к выполнению физических упражнений в воде.
15. Характеристика «малых форм» физической культуры, используемых в режиме учебного дня студентов.
16. Методика выполнения простейших приемов массажа и самомассажа.
17. Применение подвижных игр в ЛФК.
18. Характеристика психофизической тренировки.
19. Механотерапия. Показания и противопоказания к выполнению физических упражнений с использованием тренажерного оборудования.
20. Трудотерапия.
21. Самоконтроль. Объективные и субъективные показатели при выполнении физических упражнений.
22. Умственные нагрузки и их влияние на организм студента в период экзаменационной сессии.
23. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в экзаменационный период.
24. Активный отдых как средство укрепления здоровья и сохранения работоспособности.
25. Использование элементов спортивных игр в реабилитации.