

**Автономная некоммерческая организация учебный центр дополнительного профессионального образования «Академия»  
(АНО УЦ ДПО «Академия»)**

**СОГЛАСОВАНО**  
Педагогическим советом  
АНО УЦ ДПО «Академия»

протокол № 1 от «09» 01. 2024 г.



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор

Лене П.Г.

«09» 01. 2024 г.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**дополнительная профессиональная программа**  
**программа повышения квалификации**  
**«Лечебная физическая культура с детьми и подростками с ОВЗ»**

**Категория слушателей:** специалисты со средним профессиональным образованием, специалисты с высшим образованием

**Срок обучения** – 144 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателя.

**Форма обучения** – заочная (с применением дистанционных образовательных технологий) проводится без отрыва от производства по месту нахождения слушателя через Интернет в соответствии с учебно-тематическим планом, обязательным изучением учебных материалов, расположенных на платформе дистанционного обучения АНО УЦ ДПО «Академия» <https://sdo.anodpo.ru/>, в СДО, и сдачей итоговой аттестации.

№ Раздела темы	Наименование разделов и дисциплин	Всего <sup>3</sup> часов	В том числе:		Форма контроля
			Лекции <sup>1</sup> , СР <sup>2</sup>	ДОТ <sup>4</sup>	
1	2	3	4	5	6
<b>Раздел 1.</b>	<b>Общие основы лечебной физической культуры</b>	<b>18</b>		<b>18</b>	
Тема 1.1.	Основной терминологический аппарат, применяемый в области нормативно-правового регулирования лечебной физической культуры <ul style="list-style-type: none"><li>• Лечебная физическая культура в системе физического воспитания детей и учащейся молодежи.</li><li>• Основные понятия лечебной физической культуры.</li><li>• Основы нормативно-правового регулирования лечебной физической культуры.</li><li>• Профессиональные знания и умения инструктора ЛФК.</li><li>• Требования к оборудованию кабинета ЛФК.</li><li>• Характеристика и особенности комплектования специальных медицинских групп.</li></ul>	6		6	
Тема 1.2.	Разновидности форм, средств и методик лечебной физической культуры <ul style="list-style-type: none"><li>• Формы, средства лечебной физической культуры.</li></ul>	6		6	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика форм и физических упражнений ЛФК.</li> <li>• Стадии заболевания и особенности проведения занятий по ЛФК.</li> <li>• Современные методики и технологии лечебной физической культуры при нарушениях осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста</li> </ul>				
Тема 1.3.	Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений <ul style="list-style-type: none"> <li>• Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений.</li> <li>• Аутогенная тренировка в ЛФК.</li> <li>• Механизм компенсаторного и тонизирующего действия физических упражнений</li> </ul>	6		6	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Физические упражнения их классификация и дозировка</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Раздел 3.</b>	<b>ЛФК в детской практике</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Раздел 4.</b>	<b>Реабилитация в педиатрии</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	
<b>Раздел 5.</b>	<b>Лечебная физкультура при нарушениях костно-мышечной системы у детей</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Раздел 6.</b>	<b>Лечебная физкультура при воспалительных заболеваниях органов дыхания в детской практике</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Раздел 7.</b>	<b>Лечебная гимнастика и массаж при гипоксически – травматических поражениях нервной системы у детей грудного и раннего возраста, при детском церебральном параличе</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	
<b>Раздел 8.</b>	<b>Характеристика нарушений осанки и ее диагностика</b>	<b>18</b>		<b>18</b>	
Тема 8.1.	Виды и классификация нарушения осанки у детей <ul style="list-style-type: none"> <li>• Виды нарушений осанки у детей.</li> <li>• Анатомия осанки и факторы, влияющие на ее формирование.</li> <li>• Классификация нарушений и последовательность осмотра на выявление нарушений осанки у детей.</li> <li>• Виды (степени) нарушений осанки, тестовые методики по ее оценке</li> </ul>	6		6	
Тема 8.2.	Методика углубленного обследования у детей с целью выявления нарушений осанки <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация углубленного обследования детей с целью выявления нарушений осанки.</li> <li>• Этапы обследования детей на основе антропометрических и функциональных проб.</li> <li>• Методика оценки телосложения</li> </ul>	6		6	
Тема 8.3.	Современные методы инструментальной оценки нарушений осанки <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оценка функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей и показателей физического развития.</li> </ul>	6		6	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Современная методика выявления нарушений осанки у детей.</li> <li>• Тестовые методики оценки гибкости, мышечного корсета и силовой выносливости мышечного корсета.</li> <li>• Инструментальный и безопасный метод (дифференциальная диагностика) ортопедического обследования детей</li> </ul>				
<b>Раздел 9.</b>	<b>Методические особенности проведения занятий ЛФК при нарушениях осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста</b>	<b>18</b>		<b>18</b>	
Тема 9.1.	<p>Методические требования к занятиям лечебной физической культурой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основные задачи ЛФК и последовательность осмотра на выявление нарушений осанки.</li> <li>• Методические требования к занятиям лечебной физической культурой.</li> <li>• Реабилитация и профилактика нарушений осанки</li> </ul>	6		6	
Тема 9.2.	<p>Методика лечебной гимнастики при нарушениях осанки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подбор корригирующих упражнений при различных нарушениях осанки.</li> <li>• Характеристика периодов занятий лечебной гимнастикой.</li> <li>• Методические особенности проведения лечебной гимнастики при нарушениях осанки.</li> <li>• Тренировка и специальные упражнения при различных нарушениях осанки</li> </ul>	6		6	
Тема 9.3.	<p>Массаж при нарушениях осанки. Ортопедическая коррекция нарушений осанки у детей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Задачи, последовательность, показания и противопоказания для проведения общего массажа.</li> <li>• Массаж и ортопедическая коррекция при нарушениях осанки у детей.</li> <li>• Разновидности массажа при различных нарушениях осанки.</li> <li>• Специальные ортопедические устройства, способствующие укреплению мышечного корсета у детей</li> </ul>	6		6	
<b>Раздел 10.</b>	<b>Физкультурно-оздоровительные технологии, используемые при нарушениях осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста</b>	<b>18</b>		<b>18</b>	
Тема 10.1.	<p>Фитбол-гимнастика при нарушениях осанки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация, показания и противопоказания к занятиям фитбол-гимнастикой при нарушениях осанки.</li> <li>• Методические требования к проведению занятий фитбол-гимнастикой.</li> <li>• Особенности применения физических упражнений при различных нарушениях осанки.</li> </ul>	6		6	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнения для увеличения конгруэнтности позвоночника и суставов</li> </ul>				
Тема 10.2.	<p>Игровые инновационные упражнения и упражнения в воде, используемые для профилактики и коррекции нарушений осанки у детей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Плавание как эффективное средство оздоровления при всех типах нарушений осанки и всех степенях искривления позвоночника.</li> <li>Классификация спортивных приемов плавания во взаимосвязи с профилактикой и коррекцией нарушений осанки.</li> <li>Комплекс упражнений лечебной гимнастики (нарушения осанки) для детей дошкольного возраста.</li> <li>Игровые инновационные упражнения и упражнения в воде, используемые для профилактики и коррекции нарушений осанки у детей.</li> <li>Методика применения подвижных оздоровительных игр для детей с нарушением зрения</li> </ul>	6		6	
Тема 10.3.	<p>Современные физкультурно-оздоровительные технологии, используемые при нарушениях осанки у детей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Классификация современных физкультурно-оздоровительных технологий.</li> <li>Комплекс упражнений (стретчинг), направленных на формирование правильной осанки.</li> <li>Организация и методические особенности оздоровительных занятий аква-аэробикой.</li> <li>Комплекс танцевальных упражнений для коррекции и профилактики нарушений осанки у детей</li> </ul>	6		6	
<b>Раздел 11.</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>тестирование</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>		<b>144</b>	

*\*Примечание:*

1 Для всех видов аудиторных занятий (лекции, практические занятия) устанавливается академический час продолжительностью 45 минут.

2 Самостоятельная работа слушателей

3 При применении дистанционных образовательных технологий за час принимается мера объема материала, намечаемого к изучению в течение академического часа.

4 При применении дистанционных образовательных технологий все аудиторные занятия (лекции, практические занятия) заменяются на самостоятельное изучение слушателем учебных материалов и самостоятельное выполнение практических заданий, размещенных в системе дистанционного обучения.