

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Предисловие</b> . . . . .	6
<b>Глава 1. Общие вопросы лечебной физической культуры</b> . . . . .	8
1.1. ЛФК как медико-педагогическая дисциплина . . . . .	8
1.2. Показания и противопоказания к применению ЛФК . . . . .	10
1.3. Роль движения в обеспечении и поддержании здоровья . . . . .	10
1.3.1. Эволюционные предпосылки двигательной активности . . . . .	11
1.4. Физиологические и патофизиологические основы ЛФК . . . . .	13
1.5. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия физических упражнений . . . . .	18
1.6. Средства ЛФК . . . . .	22
1.7. Массаж в ЛФК . . . . .	28
1.7.1. Классификация массажа. Влияние массажа на организм . . . . .	28
1.7.2. Основы классического ручного массажа . . . . .	30
1.7.3. Точечный массаж . . . . .	47
Контрольные вопросы и задания по главе . . . . .	54
<b>Глава 2. Основы методики ЛФК</b> . . . . .	56
2.1. Периодизация ЛФК . . . . .	56
2.2. Организация и содержание работы специалиста ЛФК . . . . .	58
2.3. Регламентация и контроль нагрузок в ЛФК . . . . .	60
2.3.1. Теоретические основы регламентации нагрузок в ЛФК . . . . .	60
2.3.2. Нагрузки в ЛФК . . . . .	64
2.4. Формы организации занятий ЛФК . . . . .	68
2.5. Организация, структура и методика проведения занятия в ЛФК . . . . .	71
Контрольные вопросы и задания по главе . . . . .	76
<b>Глава 3. Методика ЛФК в ортопедии и травматологии</b> . . . . .	77
3.1. ЛФК при деформациях опорно-двигательного аппарата . . . . .	77
3.1.1. ЛФК при дефектах осанки . . . . .	78
3.1.2. ЛФК при плоскостопии . . . . .	97
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	104
3.2. ЛФК в травматологии . . . . .	105
3.2.1. Общие основы травматологии . . . . .	105
3.2.2. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата . . . . .	111

3.3. Контрактуры и анкилозы. . . . .	131
3.4. ЛФК при заболеваниях суставов и при остеохондрозе позвоночника . . . . .	134
3.4.1. Заболевания суставов и их виды. . . . .	134
3.4.2. ЛФК при заболеваниях суставов и остеохондрозе . . .	143
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	153
<b>Глава 4. ЛФК при заболеваниях висцеральных систем. . . . .</b>	<b>155</b>
4.1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы . . . .	155
4.1.1. Классификация сердечно-сосудистой патологии . . . .	155
4.1.2. Патогенетические механизмы влияния физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. . . . .	156
4.1.3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. . . . .	158
4.1.4. Частные методики ЛФК при заболеваниях сердечно- сосудистой системы. . . . .	162
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	183
4.2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания . . . . .	184
4.2.1. Заболевания органов дыхания и их классификация . . .	184
4.2.2. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы . . . . .	186
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	215
4.3. ЛФК при нарушениях обмена веществ. . . . .	216
4.3.1. Нарушения обмена веществ, их этиология и патогенез . . . . .	216
4.3.2. ЛФК при нарушениях обмена веществ. . . . .	217
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	231
4.4. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта . . . .	231
4.4.1. Заболевания желудочно-кишечного тракта, их этиология и патогенез. . . . .	231
4.4.2. ЛФК при заболеваниях ЖКТ . . . . .	232
Контрольные вопросы и задания по теме . . . . .	244
<b>Глава 5. ЛФК при заболеваниях, повреждениях и нарушениях деятельности нервной системы . . . . .</b>	<b>246</b>
5.1. Этиология, патогенез и классификация заболеваний и нарушений нервной системы . . . . .	246
5.2. Механизмы терапевтического влияния физических упражнений при заболеваниях, нарушениях и травмах нервной системы . . . . .	248
5.3. ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы . . . . .	250
5.4. ЛФК при травматических повреждениях спинного мозга . . .	255
5.4.1. Этиопатогенез повреждений спинного мозга . . . . .	255

5.4.2. ЛФК при повреждениях спинного мозга . . . . .	256
5.5. ЛФК при травматических повреждениях головного мозга . . . . .	262
5.5.1. Этиопатогенез травм головного мозга . . . . .	262
5.5.2. ЛФК при травмах головного мозга . . . . .	264
5.6. Нарушения мозгового кровообращения . . . . .	269
5.6.1. Этиопатогенез нарушений мозгового кровообращения. . . . .	269
5.6.2. Лечебная физкультура при мозговых инсультах . . . . .	271
5.7. ЛФК при функциональных нарушениях деятельности головного мозга . . . . .	276
5.7.1. Этиопатогенез функциональных нарушений деятельности головного мозга. . . . .	276
5.7.2. ЛФК при неврозах. . . . .	280
5.8. ЛФК при детских церебральных параличах . . . . .	284
5.8.1. Этиопатогенез детского церебрального паралича . . . . .	284
5.8.2. ЛФК при ДЦП . . . . .	288
5.9. ЛФК при нарушениях зрения . . . . .	305
5.9.1. Этиология и патогенез миопии . . . . .	305
5.9.2. ЛФК при миопии . . . . .	312
Контрольные вопросы и задания по главе . . . . .	318

<b>Глава 6. Организация, содержание и работа специальной медицинской группы в школе . . . . .</b>	<b>321</b>
6.1. Состояние здоровья школьников в России . . . . .	321
6.2. Понятие о группах здоровья и медицинских группах . . . . .	322
6.3. Организация и работа специальной медицинской группы в школе . . . . .	331
6.4. Методика работы в специальной медицинской группе в условиях общеобразовательной школы . . . . .	336
6.4.1. Организация работы руководителя СМГ . . . . .	337
6.4.2. Формы организации учебной работы в СМГ . . . . .	341
Контрольные вопросы и задания по главе . . . . .	342
<b>Литература. . . . .</b>	<b>344</b>