

**Аннотация рабочей программы  
повышения квалификации по специальности  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА»  
для врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине  
(144 часа)**

Главной задачей дополнительного последиplomного обучения врача по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» является подготовка специалиста, способного на основе полученных теоретических и практических знаний оказать квалифицированную помощь в поддержании здоровья здоровым лицам, в восстановлении и повышении спортивной работоспособности спортсменов, а также в профилактике и реабилитации больных и лиц, занимающихся спортом, с различными заболеваниями и травмами.

Учебная программа дополнительного профессионального образования врачей по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» включает научные аспекты лечебной физкультуры и спортивной медицины, организационно-методические основы службы лечебной физкультуры и спортивной медицины в России, действующие нормативные и инструктивно-методические документы, практическую деятельность; структуру, штаты и оснащение службы учреждений и подразделений лечебной физкультуры и спортивной медицины и

Учебная программа по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» состоит из четырнадцати модулей.

На цикле проводится подготовка слушателей к сдаче итогового экзамена с получением сертификата специалиста.

**Форма обучения:** очная.

**Продолжительность изучения цикла:** 1 месяц, 4 недели, 144 часа

**Целевая аудитория:** Цикл предназначен для практикующих врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

**Формы итоговых испытаний:** итоговая аттестация, сертификационный экзамен

**Цель изучения цикла:** повышение квалификации врача по лечебной физкультуре и спортивной медицине по основным разделам дисциплины, углубления и расширения объема знаний и умений, совершенствование практических навыков.

**Требования к результатам освоения:**

Изучение образовательной программы повышения квалификации по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» обеспечивает совершенствование следующих общекультурных и профессиональных компетенций:

<b>Код</b>	<b>Компетенции</b>
<b>1</b>	<b>2</b>
<b>1.</b>	<b>Общекультурные компетенции</b>
ОК 1.1.	способность и готовность анализировать социально-значимые

Код	Компетенции
1	2
	проблемы и процессы, использовать на практике методы гуманитарных, естественнонаучных, медико-биологических и клинических наук в различных видах своей профессиональной деятельности по ЛФК и спортивной медицине;
ОК 1.2.	способность и готовность к логическому и аргументированному анализу, публичной речи, ведению дискуссии и полемики, редактированию текстов профессионального содержания, осуществлению воспитательной и педагогической деятельности, сотрудничеству и разрешению конфликтов, к толерантности;
ОК 1.3.	способность и готовность использовать методы управления, организовывать работу исполнителей, находить и принимать ответственные управленческие решения в условиях различных мнений и в рамках своей профессиональной компетенции по лечебной физкультуре и спортивной медицине;
ОК 1.4.	способность и готовность осуществлять свою деятельность с учетом принятых в обществе моральных и правовых норм, соблюдать правила врачебной этики, законы и нормативные правовые акты по работе с конфиденциальной информацией, сохранять врачебную тайну.
<b>2.</b>	<b>Профессиональные компетенции</b>
ПК 2.1.	способность и готовность анализировать закономерности функционирования отдельных органов и систем, использовать знания анатомо-физиологических основ, результаты клинко-лабораторных и функциональных методов исследований и оценки функционального состояния организма пациентов для назначения адекватных методов лечения с использованием различных форм и средств ЛФК;
ПК 2.2.	способность и готовность выявлять у пациентов основные патологические симптомы и синдромы заболеваний, используя знания основ медико-биологических и клинических дисциплин с учетом законов течения патологии по органам, системам и организма в целом, анализировать закономерности функционирования органов и систем при заболеваниях и патологических процессах.
ПК 2.3.	способность и готовность назначать больным адекватное лечение средствами лечебной физкультуры в соответствии с поставленным диагнозом, осуществлять алгоритм выбора различных форм лечебной физкультуры больным с инфекционными и неинфекционными заболеваниями.
ПК 2.4.	способность и готовность применять различные медицинские реабилитационные мероприятия при различных заболеваниях, травмах, а так же после перенесенных операций.
ПК 2.5.	способность и готовность давать рекомендации по выбору оптимального режима двигательной активности в зависимости от морфофункционального статуса, определять показания и

Код	Компетенции
1	2
	противопоказания к назначению методов лечебной физкультуры, массажа;
ПК 2.6.	способность и готовность применять современные методики разработки научно обоснованных мер по улучшению и сохранению здоровья населения;
ПК 2.7.	способность и готовность использовать различные формы и средства ЛФК в профилактических мероприятиях по предупреждению инфекционных и неинфекционных болезней, проводить санитарно-просветительскую работу по гигиеническим вопросам;
ПК 2.8.	способность и готовность использовать нормативную документацию, принятую в здравоохранении (законы Российской Федерации, технические регламенты, международные и национальные стандарты, приказы, рекомендации, международную систему единиц (СИ), действующие международные классификации), а также документацию для оценки качества и эффективности работы медицинских организаций по лечебной физкультуре и спортивной медицине;
ПК 2.9.	способность и готовность использовать знания по организации медицинской помощи по лечебной физкультуре и спортивной медицине, управленческой и экономической деятельности медицинских организаций различных типов по оказанию медицинской помощи, анализировать показатели их работы по ЛФК и спортивной медицине, проводить оценку эффективности современных медико-организационных и социально-экономических технологий при оказании медицинских услуг пациентам по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

В результате освоения образовательной программы повышения квалификации по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» обучающийся должен:

**Знать:**

- принципы социальной гигиены и организации помощи населению по ЛФК и спортивной медицине;
- вопросы экономики, управления и планирования службы лечебной физкультуры и спортивной медицины;
- вопросы медико-социальной экспертизы и медико-социальной реабилитации;
- основы деятельности службы лечебной физкультуры и спортивной медицины, нормативные правовые документы по направлению ЛФК, спортивной медицины и реабилитации;
- основы курортного дела, организацию санаторно-курортной помощи в стране;

- физиологию и биохимию мышечной деятельности, возрастную физиологию, особенности реакции на физическую нагрузку в детском и пожилом возрасте;
- динамическую анатомию (биомеханику движения);
- механизм действия физических упражнений и массажа, их влияние на основные звенья патологического процесса, функциональное состояние различных органов и систем организма;
- основы теории и методики физического воспитания спортивной тренировки,
- противопоказания к занятиям физкультурой и спортом;
- методические основы лечебной физкультуры, дозирование физической нагрузки;
- средства и формы лечебной физкультуры;
- физические основы и сущность применяемых методов аппаратной кинезотерапии, в том числе роботизированной техники;
- режимы двигательной активности больных в лечебно-профилактических учреждениях, содержание режимов;
- общие и функциональные методы исследования лиц, занимающихся физкультурой и спортом;
- методы оценки физического развития и физической работоспособности;
- клинические проявления, методы диагностики, осложнения и принципы лечения и профилактики заболеваний и травм, при которых используют лечебную физкультуру и массаж;
- показатели физического и функционального состояния организма в норме, при патологии и при физических нагрузках;
- показания к применению с целью лечения, реабилитации и профилактики различных форм и средств ЛФК;
- основные противопоказания для назначения лечебной физкультуры и массажа;
- принципы контроля эффективности проводимого лечения и реабилитации с использованием различных форм и средств ЛФК;
- правила и требования к организации и оснащению отделения (кабинета) лечебной физкультуры и спортивной медицины, эксплуатации лечебной аппаратуры, вопросы техники безопасности при работе с медицинскими аппаратами, приборами и тренажерами;
- расчетные нормы нагрузки специалистов по лечебной физкультуре и спортивной медицине (врача, инструктора, инструктора-методиста, медсестры по массажу);
- требования к ведению учетно-отчетной документации в отделениях (кабинетах) лечебной физкультуры и спортивной медицины, правила оформления карты назначения процедур лечебной физкультуры и массажа;

- принципы совместимости и последовательности назначения процедур ЛФК и массажа с другими лечебными немедикаментозными методами лечения;
- принципы дифференцированного использования различных форм и средств ЛФК для профилактики заболеваний, лечения и реабилитации больных, в т.ч. диспансерных групп;
- морфо-функциональные характеристики спортсменов различных видов спорта;
- особенности спортивного отбора детей и подростков;
- клинические проявления и методы диагностики заболеваний, повреждений и дефектов организма (в том числе врожденных), препятствующих отбору в профессиональный спорт;
- клинические признаки, методы диагностики, принципы профилактики и лечебная физическая перенапряжения сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нервной системы и т.п.
- систему восстановления и повышения специальной спортивной работоспособности;
- организацию и методы допинг-контроля в спорте;
- основные звенья иммунитета и возможности коррекции иммунных нарушений, иммунологический контроль в спорте;
- формы и методы профилактической работы среди спортсменов и населения
- принципы санаторно-курортного лечения, показания и противопоказания для направления пациентов в санаторно-курортные учреждения;
- основы медицины катастроф;
- общие сведения об информатике и вычислительной технике.

**Уметь:**

- получить от пациента (больного, лица, занимающегося физкультурой, спортсмена) информацию о степени его физической подготовленности, собрать общий и спортивный анамнез;
- провести оценку физического состояния организма, выполнить функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы;
- определить физическую работоспособность методами тестирования;
- оценить результаты функциональных методов исследования (ЭКГ, электромиография, функция внешнего дыхания и др.) при назначении процедур лечебной физкультуры и массажа;
- интерпретировать результаты инструментальных исследований (ультразвуковых, эндоскопических, рентгенологических, магнитно-резонансной томографии и др.);
- дать заключение о здоровье и функциональном состоянии организма, определить толерантность к физической нагрузке, допуск к занятиям физкультурой и спортом и их адекватность состоянию здоровья;

- выбирать оптимальные средства и формы ЛФК, дозировку физической нагрузки при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;
- определять наиболее рациональные патогенетические комплексы ЛФК, массажа с физиобальнеотерапией при лечении больных с различными нозологическими формами;
- определять возможные методы ЛФК и массажа в зависимости от сопутствующей патологии у больных;
- проводить оценку эффективности лечения и особенности влияния лечебной физкультуры и массажа;
- осуществлять профилактику возможных осложнений заболеваний и предупреждение возникновения отрицательных реакций на процедуры лечебной физкультуры и массажа;
- оформлять необходимую учетно-отчетную медицинскую документацию, предусмотренную законодательством;
- осуществлять статистическую обработку и анализ получаемой медицинской информации;
- владеть компьютерной и орг.техникой с целью проведения лечебно-диагностических процедур, оформления медицинской документации, обработки и анализа полученной информации, составления отчетной документации;
- анализировать информацию об особенностях действия различных форм ЛФК и массажа и их сравнительной эффективности при различных заболеваниях;
- внедрять в установленном порядке в работу отделений (кабинетов) ЛФК и спортивной медицины современных методов лечения, реабилитации и профилактики с использованием различных форм и средств ЛФК;
- оказывать консультативную помощь по применению пациентами с целью вторичной профилактики физических упражнений и массажа в домашних условиях;
- проводить санитарно-просветительную работу среди больных и их родственников;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях (острое нарушение мозгового кровообращения, острый инфаркт миокарда, травматические повреждения и др.), поражении электрическим током, термическом поражении;
- обосновать дозировку физических нагрузок, выбрать формы, средства и методы для общего оздоровления и повышения спортивной работоспособности лиц, занимающихся физкультурой и спортом;
- оценить состояние здоровья с указанием группы здоровья (основная, подготовительная, специальная);
- оценить физическое развитие и физическую работоспособность;
- оценить данные ЭКГ при физических нагрузках и других инструментальных методах исследования сердечно-сосудистой системы;
- оценить данные функции внешнего дыхания и газообмена;

- оценить данные функциональных проб (с физической нагрузкой, дыхательные, вегетативные);
- оценить функциональное состояние нервно-мышечного аппарата;
- оценить клинические и биохимические показатели крови и мочи при физических нагрузках;
- организовать по показаниям дополнительные исследования и оценить показатели здоровья и функциональных систем организма спортсменов с учетом специфики видов спорта;
- дать рекомендации по режиму тренировочных нагрузок спортсменов, допуск к занятиям спортом и соревнованиям;
- оформить врачебно-физкультурную карту (Ф.061-у);
- оформить назначение лечебной физкультуры в соответствии с утвержденной формой-картой больного (Ф.042-у) и с указанием методики физических упражнений, дозировки общей и специальной нагрузки;
- осуществлять по показаниям индивидуальные занятия лечебной гимнастикой с тяжелыми пациентами;
- составлять совместно с лечащим врачом программу этапной физической реабилитации больных;
- определять методику и дозировку занятий на тренажерах, в лечебном бассейне, маршрутов дозированной ходьбы, спортивно-прикладных упражнений и спортивных игр для здоровых и больных;
- осуществлять врачебно-педагогические наблюдения на занятиях лечебной физкультурой, учебно-тренировочных занятиях массовой физкультурой и спортом и оценивать адекватность физической нагрузки объективными методами исследования;
- определять методику и дозировку лечебного массажа, его сочетание с лечебной физкультурой, последовательность процедур;
- осуществлять процедуры лечебного и спортивного массажа;
- осуществлять методическое руководство и контроль за деятельностью инструкторов-методистов, инструкторов по лечебной физкультуре, медсестер по массажу;
- осуществлять врачебные консультации пациентам, населению и спортсменам по использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья;
- осуществлять контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий лечебной физкультурой;
- анализировать эффективность лечебной физкультуры и массажа, вести необходимую учетную и отчетную документацию, предоставлять отчет о работе в установленном порядке;
- осваивать и внедрять в практику новые современные методики лечебной и оздоровительной физкультуры и массажа;
- организовать и осуществлять медицинское обеспечение лиц (первичное, углубленное, текущее, этапное), занимающихся различными видами

спорта и физической культуры в условиях учебно-тренировочных сборов и соревнований;

- осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, питанием спортсменов);

- проводить диспансеризацию спортсменов;

- осуществлять профилактику, диагностику, лечение болезней и травм у спортсменов;

- осуществлять восстановительные мероприятия спортсменам после физических нагрузок и медицинскую реабилитацию после травм и заболеваний.

**Владеть следующими практическими навыками:**

- Врач-специалист по лечебной физкультуре и спортивной медицине должен владеть следующими практическими навыками:

- применения на практике всех методов лечебной физкультуры и массажа;

- оформления назначения процедур лечебной физкультуры по форме №042/у, медицинского массажа по форме № 044/у, оформить врачебно-физкультурную карту по форме № 061/у

- проведения процедур на всех аппаратах, приборах и тренажерах, имеющихся в отделении лечебной физкультуры и спортивной медицины;

- контроля исправности лечебной аппаратуры;

- осуществления контроля за работой инструкторов, инструкторов-методистов ЛФК, медсестер по массажу (правильность проведения процедур, точность соблюдения дозировки, техника безопасности);

- заполнения формы учетной документации по системе обязательного медицинского страхования;

- оформления и ведения учётно-отчетной документации по лечебной физкультуре, спортивной медицине, массажу;

- оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях, травмах, поражениях электрическим током (проводить непрямой массаж сердца, владеть методом искусственного дыхания, владеть методом остановки кровотечения, проводить иммобилизацию конечность при травме, владеть методом промывания желудка и т.п.);

- работы с компьютером и организационной техникой.

**Структура цикла:** Основы организации службы ЛФК и Спортивной медицины, Анатомо-физиологические основы мышечной деятельности, Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки. Гигиена физических упражнений, Определение и оценка физического развития, Функциональные методы исследования системы кровообращения при физических нагрузках, Средства, формы лечебной физкультуры и реабилитации, Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней, Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата, Лечебная физкультура в хирургии

и нейрохирургии, Лечебная физкультура в клинике нервных болезней, Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии, Лечебная физкультура в стоматологии, офтальмологии и оториноларингологии, Врачебный контроль за занимающимися физической культурой, Медицинский массаж.

**Объем и виды учебной работы:**

Виды учебной работы	Часы
Общая трудоемкость	144
Лекции (Л)	42
Практические и семинарские занятия (ПЗ/СЗ)	102

**Основные образовательные технологии:** В процессе изучения предмета используются не только традиционные технологии, методы и формы обучения, но и инновационные технологии, активные и интерактивные методы и формы проведения занятий: проектное, объяснительно - иллюстративное обучение.