УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
05.06.2026 Аниськова О. Е.

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ *к зачету*
по учебной дисциплине«Теория и организация лечебной физической культуры»»
для студентов 1 курса дневной формы получения образования специальности
6-05-1012-01 «Физическая культура»,
профилизация «Лечебная физическая культура»
на 2026/2027 учебный год
Форма проведения: устная

1. Роль инструктора-методиста по лечебной физической культуре в сохранении здоровья.
2. История применения лечебной физической культуры.
3. Виды и характеристика здоровья.
4. Факторы, влияющие на здоровье.
5. Характеристика общественного и индивидуального здоровья.
6. Характеристика образа жизни и его категории.
7. Формирование и характеристика здорового образа жизни.
8. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
9. Характеристика составляющих здорового образа жизни.
10. Биологические и социальные принципы здорового образа жизни.
11. Методы определения индивидуального здоровья.
12. Основы рационального питания.
13. Характеристика первого принципа сбалансированного питания.
14. Характеристика второго принципа сбалансированного питания.
15. Основные макрокомпоненты пищи, обеспечивающие полноценное питание.
16. Роль и функции белков в питании.
17. Роль и функции жиров в питании.
18. Роль и функции углеводов в питании.
19. Краткие сведения о биологической активности витаминов в питании.
20. Краткие сведения о биологической активности минералов в питании.
21. Роль воды в организме человека.
22. Режим питания и его роль в разные периоды жизни.
23. Роль движения в формировании здорового ребенка.
24. Движение и здоровье в пожилом и старческом возрасте.
25. Роль движений в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей.
26. Физическая нагрузка и здоровье женщины.
27. Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база.
28. Понятия, задачи, принципы лечебной физической культуры.
29. Роль лечебной физической культуры в санаторно-курортном лечении.

30. Роль закаливания, методы и виды закаливания.

31. Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре

32. Значение, классификация, характеристика дыхательных упражнений, применяемых в лечебной физической культуре.

33. Характеристика идеомоторных и идеосенсорных упражнений

34. Характеристика упражнений, направленных на тренировку вестибулярного аппарата.

35. Характеристика упражнений на координацию движений.

36. Характеристика пассивных упражнений.

37. Характеристика коррегирующих упражнений.

38. Характеристика динамических упражнений.

39. Характеристика статических упражнений.

40. Характеристика упражнений на расслабление.

41. Характеристика гимнастических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре.

42. Характеристика упражнений на растягивание.

43. Двигательные режимы в лечебной физической культуре.

44. Природные факторы (солнце, воздух, вода) как средство лечебной физической культуры на внебольничном этапе восстановления.

45. Роль массажа в восстановительном лечении.

46. Трудотерапия. Определение и краткая характеристика.

47. Механотерапия. Определение и краткая характеристика. Применение тренажеров в лечебной физической культуре.

48. Формы применения лечебной физической культуры.

49. Процедура лечебной гимнастики как форма лечебной физической культуры.

50. Лечебная дозированная ходьба как форма лечебной физической культуры.

51. Дозированное восхождение как форма лечебной физической культуры.

52. Ближний туризм в лечебной физической культуре.

53. Самостоятельные занятия как форма лечебной физической культуры.

54. Индивидуальный метод занятий в лечебной физической культуре.

55. Малогрупповой метод занятий. Подбор больных в группу.

56. Групповой метод занятий. Подбор больных в группу.

57. Общепедагогические методы обучения двигательным действиям.

58. Специфические методы обучения двигательным действиям.

59. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям.

60. Методы направленного развития двигательных способностей.

Рассмотрены на заседании кафедры ЛФК и ФКД протокол № 13 от 05.06.02026 г