Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/referat/54352

Тип работы: Реферат

Предмет: Физкультура

Введение 3
1 Лечебная физическая культура: общая характеристика 5
2 Лечебная физическая культура при сколиозе 6
Заключение 10
Список литературы 11

Введение

Актуальность работы.
Состояние здоровья населения России за последние годы приобрело явно негативные тенденции, число лиц с заболеваниями опорно-двигательного аппарата растет. Одним из часто встречающихся заболеваний является сколиоз.
Проблема поиска эффективных средств и методик коррекции позвоночника при сколиозах находится в центре внимания многих специалистов. В настоящее время сколиоз достаточно распространенное среди детей заболевание, характеризуется сложной деформацией позвоночника и грудной клетки, стойкими нарушениями функции сердечно-сосудистой и дыхательных систем.
В последние годы, специалисты все чаще используют кроме медикаментозного лечения, и немедикаментозные методы. Включение в реабилитационный процесс больных, страдающих заболеваниями опорно-двигательного аппарата, в том числе и сколиозом, немедикаментозных методов обеспечивает более высокую эффективность лечения, а также достаточно продолжительный эффект терапии. Это обусловливает повышение качества жизни и уровня физической работоспособности данного контингента пациентов.
Одним из наиболее популярных среди немедикаментозных методов лечения заболеваний сколиоза является лечебная физическая культура. Лечебная физическая культура – это неотъемлемый компонент комплексной терапии.
Таким образом, актуальность данной работы вполне обоснована.
Цель данной работы – выявить особенности проведения лечебной физической культуры при сколиозе I и II степени.
Для достижения вышеуказанной цели, необходимо решить следующие задачи данной работы:
1) Дать общую характеристику лечебной физической культуре при заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
2) Описать особенности проведения лечебной физической культуры при сколиозе.
Практическая значимость работы, заключается в возможности использования представленных в работе комплексов упражнений при проведении ЛФК у пациентов со сколиозом I и II степени.

1 Лечебная физическая культура: общая характеристика

Лечебная физкультура (ЛФК) - это совокупность методов лечения, профилактики и медицинской реабилитации, основанных на использовании физических упражнений, специально подобранных и методически разработанных.
Основной механизм действия ЛФК - это нейро-рефлекторно-гуморальный механизм, который реализуется через 4 влияния физических упражнений на организм больного:
1) тонизирующее действие,

2) трофическое действие,
3) формирование компенсаций,
4) нормализация функций.
Основные формы ЛФК:
1) лечебная гимнастика:
а) 30 мин – при первом двигательном режиме,
б) 35 – 40 мин – при втором,
в) 45 – 50 – при третьем,
2) утренняя гигиеническая гимнастика,
3) самостоятельные занятия,
4) ходьба.
Занятия ЛФК активизируют обмен веществ, ускоряя восстановительные процессы, повышают настроение, усиливают кровообращение, помогают выработать режим и благотворно влияют на общее состояние.
В заключение данной главы, отметим, что лечебная физическая культура является неотъемлемым компонентом комплексной терапии заболеваний опорно-двигательного аппарата.

1. Буц Л.М. О формировании правильной осанки. М.: 2008 г. – 139с.
2. Никулин В. Т., Крючков А. Г. Методика занятий ЛФК при дефектах осанки у студентов I-III курсов // Наука-2020. 2017. №3. С. 57-61.
3. Зайцева Т. Н. Сколиоз у детей: новые подходы к лечению и реабилитации // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культурой. 2017. № 4. С. 43-47.
4. Пухова Я. С. Лечебная физическая культура при сколиозе у детей младшего школьного возраста / Я. С. Пухова // Молодые ученые – развитию Ивановской области: материалы IV всероссийской научной конференции студентов и молодых ученых с международным участием (Иваново, 09-12 апреля, 2018). Иваново: ИГМА, 2018. - С. 443-444.
5. Шишко Е. Ю., Викулова Н. Н., Чигидина В. В. Эффективность корригирующих упражнений при сколиозе 2 степени у детей среднего школьного возраста в условиях школьного учреждения // Научный вестник Крыма. 2018. №1. Электронный ресурс. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/effektivnost-korrigiruyuschih-uprazhneniy-pri-skolioze-2-stepeni-u-detey-srednego-shkolnogo-vozrasta-v-usloviyah-shkolnogo (дата обращения: 25.01.2019).

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/referat/54352