

**КАМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, ТУРИЗМА И СПОРТА**

ПОСОБИЕ

**для поступающих в высшие учебные заведения физической культуры
на специальность «Адаптивная физическая культура»**

Набережные Челны, 2008

ББК 74.58 + 75.09 П-62

Сафина А.Г., Заикина Г.Т.

Пособие для поступающих в высшие учебные заведения физической культуры на специальность «Адаптивная физическая культура». Набережные Челны, 2008, 48 с.

Учебное пособие рассчитано на абитуриентов, поступающих в ВУЗы физической культуры на специальность “Адаптивная физическая культура”. В пособии приведена программа по профильному экзамену и в сжатой форме даны ответы на вопросы. Рассмотрены понятия «физическая реабилитация», «адаптивная физическая культура», «адаптивный спорт» и др. Показаны механизмы лечебного влияния физических упражнений на организм. Настоящее пособие может оказаться полезным при дальнейшем изучении целого ряда дисциплин АФК.

Издается по решению методического совета КамГИФКа (протокол № ...от ...06.08)

ПРОГРАММА

по профильному экзамену для поступающих в ВУЗ

на специальность «Адаптивная физкультура» - 022500.

Абитуриенты, поступающие в физкультурный ВУЗ на специальность «Адаптивная физкультура», должны иметь установленный настоящей программой объем знаний. В программе учтено, что поступающие в ВУЗ по данной специальности прошли подготовку по основам медицинских знаний в рамках общеобразовательной школы. Программа содержит вопросы, охватывающие широкий спектр медико-биологических дисциплин, изучаемых в школе. В ней также отражены понятия о здоровье и болезни, развитие патологического процесса и саногенетических реакций организма, механизмы лечебного влияния физических упражнений на организм. На основе данной программы составлены вопросы к вступительному экзамену по специальности 022500.

Содержание программы. Человек и его здоровье. Представление о здоровом образе жизни и о его составляющих. Роль двигательной активности в сохранении здоровья. Общее понятие о болезни. Дать определение болезни. Показать взаимосвязимость понятий «норма» и «патология». Общие закономерности развития болезни. Патологический процесс и патологическое состояние (привести пример). Симптом как характерный признак болезни. Синдром - совокупность симптомов. Причины и механизмы возникновения болезни. Этиология как раздел патологии, изучающий причины и условия возникновения болезней и патологических процессов. Внешние и внутренние причины болезни. Современные методы профилактики и лечения заболеваний. Виды и принципы профилактики. Факторы риска возникновения заболеваний.

Современные представления о патогенезе. Вызывающие, способствующие и реализующие факторы патогенеза. Основные закономерности патогенеза. Связь этиологии и патогенеза. Течение болезни. Понятие об осложнениях болезни. Исход болезни. Остаточные явления. Наследственная предрасположенность к ряду заболеваний. Роль наследственности в патологическом процессе. Понятие о саногенезе.

Современные представления об инвалидах и инвалидности. Инвалидность, как ограничение жизнедеятельности.

Реабилитация. Понятие о реабилитации, ее видах, целях и задачах. Основные принципы реабилитации, как комплекса мероприятий. Медицинская реабилитация, ее цели и задачи. Физическая реабилитация, средства и методы. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в профилактике осложнений заболеваний. Физические упражнения, как основное средство ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений на организм. Массаж, как средство физической реабилитации, его виды и основные приемы. Понятие о физиотерапии, как о лечебно-профилактическом средстве. Психологическая реабилитация. Особенности поведенческих реакций больных (инвалидов). Методы психологической реабилитации. Социальная реабилитация, ее сущность и методы. Профессиональная и трудовая реабилитация.

Адаптивная физическая культура, ее цель и виды. Адаптивный спорт, его содержание (Паралимпийские Игры). Адаптивная физическая рекреация. Адаптивная двигательная реабилитация.

Содержание

Содержание	1
Введение	5
1. Здоровье и его составляющие	8
1.1. Норма и здоровье.....	8
1.2. Физическое здоровье.....	9
1.3. Психическое здоровье.....	10
1.4. Социальное здоровье.....	11
2. Болезнь	12
2.1. Определение сущности болезни	12
2.2. Этиология.....	13
2.3. Классификации этиологических факторов	13
2.3.1. Наследственная предрасположенность к заболеваниям.....	14
2.4. Патогенез.....	15
2.6. Формы и стадии болезней.....	17
2.7. Саногенез.....	19
3. Основы профилактической медицины	21
3.1. Основы и принципы профилактической медицины	21
3.2. Факторы риска	21
3.3. Здоровый образ жизни (ЗОЖ)	22
4. Инвалиды и инвалидность.....	23
4.1. Понятие «инвалид» и «инвалидность».....	23
4.2. Виды ограничений жизнедеятельности	23
5. Реабилитация	25
5.1. Понятие о реабилитации.....	25
5.2. Основные принципы реабилитации	26
5.3. Основные виды (аспекты) реабилитации.....	27
6. Медицинская реабилитация.	29
6.1. Понятие о медицинской реабилитации, ее цели и задачи.....	29
6.2. Средства и методы медицинской реабилитации.	29
7. Физическая реабилитация.	30
7.1 Понятие о физической реабилитации.....	30
7.2. Средства физической реабилитации.	30
7.2.1 Лечебная физическая культура.	30
7.2.2. Массаж.....	34
7.2.3. Физиотерапия.....	35
8. Психологическая реабилитация.....	37
9. Социальная реабилитация.	40
10. Профессиональная и трудовая реабилитация.....	42
11. Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт.....	43
11. 1. Адаптивная физическая культура.....	43
11. 2. Виды адаптивной физической культуры.	43
Литература	46
Примерный перечень вопросов.....	47