

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ястребов Олег Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.06.2026 11:54:31  
Уникальный программный ключ:  
ca953a0120d891083f939673078ef1a989dae18a

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»**

**Медицинский институт**

(наименование основного учебного подразделения (ОУП) – разработчика ОП ВО)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА**

(наименование дисциплины/модуля)

**Рекомендована МССН для направления подготовки/специальности:**

**31.08.50 ФИЗИОТЕРАПИЯ**

(код и наименование направления подготовки/специальности)

**Освоение дисциплины ведется в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОП ВО):**

**ФИЗИОТЕРАПИЯ**

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

**2026 г.**

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Лечебная физкультура» входит в программу ординатуры «Физиотерапия» по направлению 31.08.50 «Физиотерапия» и изучается во 2 семестре 1 курса. Дисциплину реализует Кафедра анестезиологии и реаниматологии с курсом медицинской реабилитации. Дисциплина состоит из 4 разделов и 10 тем и направлена на изучение и формирование у обучающихся по данной дисциплине профессиональных компетенций. Целью освоения дисциплины является на основе изучения основных понятий дисциплины подготовить врача-специалиста, обладающего системой общекультурных и профессиональных компетенций, способного и готового для самостоятельной профессиональной деятельности по специальности «физиотерапия» с использованием методов лечебной физкультуры

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Лечебная физкультура» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций (части компетенций):

Таблица 2.1. Перечень компетенций, формируемых у обучающихся при освоении дисциплины (результаты освоения дисциплины)

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
УК-1	готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу	
ПК-1	готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	
ПК-8	готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении	
ПК-5	готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем	

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Лечебная физкультура» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы высшего образования. В рамках образовательной программы высшего образования обучающиеся также осваивают другие дисциплины и/или практики, способствующие достижению запланированных результатов освоения дисциплины «Лечебная физкультура».

Таблица 3.1. Перечень компонентов ОП ВО, способствующих достижению запланированных результатов освоения дисциплины

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
УК-1	готовность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу	Физиотерапия; Педагогика; Патология; Обучающий симуляционный курс (ЦСО); Обучающий симуляционный курс; Клиническая практика (Лечебная физкультура и спортивная медицина); Клиническая практика (Электролечение. Магнитотерапия);	Физиотерапия; Медицина чрезвычайных ситуаций; Общественное здоровье и здравоохранение; Рефлексотерапия; Бальнеотерапия**; Медицинская статистика**; Клиническая практика (Рефлексотерапия); Клиническая практика (Физиотерапия при лечении заболеваний и повреждений внутренних органов, нервной системы, опорно-двигательного аппарата); Клиническая практика (Частная физиотерапия); Клиническая практика (Бальнеотерапия); Клиническая практика (Климатотерапия);
ПК-1	готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	Клиническая практика (Электролечение. Магнитотерапия); Физиотерапия; Клиническая практика (Лечебная физкультура и спортивная медицина);	Клиническая практика (Физиотерапия при лечении заболеваний и повреждений внутренних органов, нервной системы, опорно-двигательного аппарата); Клиническая практика (Частная физиотерапия); Клиническая практика (Бальнеотерапия); Клиническая практика (Климатотерапия); Физиотерапия; Общественное здоровье и здравоохранение; Бальнеотерапия**; Медицинская статистика**; Клиническая практика (Рефлексотерапия);
ПК-8	готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной,	Клиническая практика (Лечебная физкультура и спортивная медицина);	Клиническая практика (Рефлексотерапия); Клиническая практика

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
	немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации и санаторно-курортном лечении	Клиническая практика (Электролечение. Магнитотерапия); Физиотерапия;	(Физиотерапия при лечении заболеваний и повреждений внутренних органов, нервной системы, опорно-двигательного аппарата); Клиническая практика (Частная физиотерапия); Клиническая практика (Бальнеотерапия); Клиническая практика (Климатотерапия); Физиотерапия; Рефлексотерапия; Бальнеотерапия**; Медицинская статистика**;
ПК-5	готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем	Клиническая практика (Лечебная физкультура и спортивная медицина); Клиническая практика (Электролечение. Магнитотерапия); Физиотерапия; Патология;	Клиническая практика (Рефлексотерапия); Клиническая практика (Физиотерапия при лечении заболеваний и повреждений внутренних органов, нервной системы, опорно-двигательного аппарата); Клиническая практика (Частная физиотерапия); Клиническая практика (Бальнеотерапия); Клиническая практика (Климатотерапия); Физиотерапия; Рефлексотерапия; Бальнеотерапия**; Медицинская статистика**;

\* - заполняется в соответствии с матрицей компетенций и СУП ОП ВО

\*\* - элективные дисциплины /практики

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Лечебная физкультура» составляет «2» зачетные единицы.

Таблица 4.1. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			2
Контактная работа, ак.ч	36		36
Лекции (ЛК)	0		0
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	36		36
Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.	27		27
Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.	9		9
Общая трудоемкость дисциплины ак.ч.	ак.ч.	72	72
	зач.ед.	2	2

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 5.1. Содержание дисциплины (модуля) по видам учебной работы\*

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
Раздел 1	Формы и средства лечебной физкультуры.	1.1	Физические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, игры	Основные виды физических упражнений, применяемых в ЛФК. Описываются спортивно-прикладные упражнения и их значение. Анализируется роль игровых форм в реабилитации. Подчеркивается повышение мотивации пациентов. Освещается влияние на восстановление функций организма.	СЗ
		1.2	Лечебная гимнастика. Физические упражнения	Принципы лечебной гимнастики. Рассматриваются виды упражнений и их дозирование. Анализируется влияние на различные системы организма. Подчеркивается индивидуальный подход. Освещается значение систематических занятий.	СЗ
		1.3	Спортивный инвентарь. Тренажеры.	Виды оборудования, используемого в ЛФК. Описываются тренажеры и их функции. Анализируется влияние на восстановление двигательной активности. Подчеркивается безопасность использования. Освещается роль современных технологий.	СЗ
Раздел 2	Лечебная ходьба	2.1	Лечебная дозированная ходьба.	Принципы дозированной ходьбы. Рассматриваются параметры нагрузки (скорость, дистанция). Анализируется влияние на сердечно-сосудистую систему. Подчеркивается значение постепенности. Освещается контроль состояния пациента.	СЗ
		2.2	Скандинавская ходьба. Терренкур.	Особенности скандинавской ходьбы. Описывается метод терренкура. Анализируется их влияние на организм. Подчеркивается доступность методов. Освещается применение в реабилитации.	СЗ
Раздел 3	Клиническое применение лечебной физкультуры	3.1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Принципы применения ЛФК при сердечно-сосудистой болезни. Рассматриваются виды физических нагрузок. Анализируется влияние на гемодинамику. Подчеркивается контроль состояния пациента. Освещается профилактика осложнений.	СЗ
		3.2	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	Дыхательные упражнения. Описывается влияние на вентиляцию легких. Анализируется улучшение газообмена. Подчеркивается регулярность занятий. Освещается профилактика осложнений.	СЗ
		3.3	ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	Методы восстановления двигательной функции. Рассматриваются упражнения для суставов и мышц. Анализируется снижение болевого синдрома. Подчеркивается восстановление подвижности. Освещается профилактика контрактур.	СЗ
Раздел 4	Лечебная физкультура в реабилитации пациентов с моторными расстройствами.	4.1	ЛФК при реабилитации пациентов с ДЦП.	Особенности ЛФК при детском церебральном параличе. Описываются методы коррекции двигательных нарушений. Анализируется влияние упражнений на развитие ребенка. Подчеркивается длительность терапии. Освещается участие семьи.	СЗ
		4.2	ЛФК при реабилитации пациентов, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения.	Принципы восстановления после инсульта. Рассматриваются упражнения для восстановления движений. Анализируется влияние на нейропластичность. Подчеркивается значение раннего начала реабилитации. Освещается улучшение качества жизни.	СЗ

\* - заполняется только по ОЧНОЙ форме обучения: ЛК – лекции; ЛР – лабораторные работы; СЗ – практические/семинарские занятия.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)
Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Комплект специализированной мебели; технические средства: мультимедийный проектор, ноутбук, плазменная панель, доска магнитная, набор муляжей, набор учебных видеофильмов и презентаций, набор аналоговых и цифровых рентгенограмм, учебные плакаты и таблицы. Программное обеспечение: продукты Microsoft и Яндекс (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, также Яндекс сервисы).
Для самостоятельной работы	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС.	Комплект специализированной мебели; технические средства: мультимедийный проектор, ноутбук, плазменная панель, доска магнитная, набор муляжей, набор учебных видеофильмов и презентаций, набор аналоговых и цифровых рентгенограмм, учебные плакаты и таблицы. Программное обеспечение: продукты Microsoft и Яндекс (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, также Яндекс сервисы).

\* - аудитория для самостоятельной работы обучающихся указывается **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература:

1. Федорова, Н. И. Введение в курс физической реабилитации : учебное пособие для вузов / Н. И. Федорова, Е. М. Федоскина, Д. С. Соколов. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 188 с. — ISBN 978-5-507-52089-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/468968> (дата обращения: 00.00.0000). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Физическая и реабилитационная медицина : национальное руководство / под редакцией Г.Н. Пономаренко. - Электронные текстовые данные. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 688 с. - (Национальные руководства). - ISBN 978-5-9704-3606-6.

3. Организация помощи по направлениям физической и реабилитационной медицины : практическое руководство / Г.Н. Пономаренко, И.А. Лавриненко, А.С. Исаева, В.А. Ахмедов ; под ред. д-ра мед. наук, проф. Г.Н. Пономаренко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 245 с. — (Клиническая практика). — DOI 10.12737/2134526. - ISBN 978-5-16-019726-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2134526>

4. Карасева, Т. В. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, С.Ю. Толстова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 164 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-016984-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1896446>

5. Физическая и реабилитационная медицина в педиатрии : монография / М.А. Хан, А.Н. Разумов, И.В. Погонченкова, Н.Б. Корчажкина ; Хан М.А., Разумов А.Н., Погонченкова И.В., Корчажкина Н.Б. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 632 с.

URL:[https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=518391&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=518391&idb=0)



6. Основы восстановительной медицины и физиотерапии : учебное пособие / В.В. Александров, С.А. Демьяненко, В.И. Мизин. - 2-е изд., доп. ; Электронные текстовые данные. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 208 с. - (Библиотека врача-специалиста). - ISBN 978-5-9704-4969-1.

7. Пономаренко Геннадий Николаевич. Медицинская реабилитация. учебник : 2-е изд, перераб. и доп [Электронный ресурс]. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2021. 365 с. ISBN 978-5-9704-5945-4 URL: [https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=505637&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=505637&idb=0)

8. Лечебная физическая культура при заболеваниях людей пожилого возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов [и др.]. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 219 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-016983-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2156894>

9. Медицинская реабилитация . учебник : 2-е изд., испр. и доп / под редакцией А.В. Епифанова, Е.Е. Ачкасова, В.А. Епифанова [Электронный ресурс] / Епифанов Александр Витальевич [и др.]. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. 736 с. ISBN 978-5-9704-4843-4 URL: [https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=497997&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=497997&idb=0)

10. Шонус, Д. Х. Лечебная физкультура при заболеваниях дыхательной системы : учебное пособие / Д. Х. Шонус. - Москва : МПГУ, 2024. - 36 с. - ISBN 978-5-4263-1361-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2157575>

#### *Дополнительная литература:*

1. Шульга, Н. И. Медицинская реабилитация: грудничковое плавание : учебное пособие для вузов / Н. И. Шульга. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2026. — 96 с. — ISBN 978-5-507-54920-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/512068> (дата обращения: 00.00.0000). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Шульга, Н. И. Медицинская реабилитация: детский массаж : учебное пособие для вузов / Н. И. Шульга. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2026. — 152 с. — ISBN 978-5-507-54993-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/513874> (дата обращения: 00.00.0000). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Общемедицинские навыки. Алгоритмы выполнения = General medical skills. Algorithms of performance : учебное пособие / И.С. Никитин, А.М. Галустов, Б.Д. Лобжанидзе [и др.]. - Книга на русском и английском языках; Электронные текстовые данные. - Москва : РУДН, 2020. - 256 с. URL:[https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=494660&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=494660&idb=0)

4. Восстановительная медицина : учебник / В.А. Епифанов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-2637-1. [https://mega.rudn.ru:443/MegaPro/UserEntry?Action=Rudn\\_FindDoc&id=475743&idb=0](https://mega.rudn.ru:443/MegaPro/UserEntry?Action=Rudn_FindDoc&id=475743&idb=0)

5. Гайворонский И. В. Анатомия и физиология человека. учебник [Электронный ресурс]. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2025. 672 с. ISBN 978-5-9704-8833-1 URL: [https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=519423&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=519423&idb=0)

6. Сапин М. Р., Никитюк Д. Б., Ключкова С. В. Анатомия человека. учебник [Электронный ресурс]. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2023. 480 с. ISBN 978-5-9704-7412-9 URL: [https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link\\_FindDoc&id=518374&idb=0](https://mega.rudn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&id=518374&idb=0)

7. Калмин, О. В. Анатомия опорно-двигательного аппарата / О. В. Калмин. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 264 с. — ISBN 978-5-507-47999-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/371036> (дата обращения: 00.00.0000). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Карасева, И. А. Физическая реабилитация пациентов после инсульта в условиях стационара : учебное пособие для вузов / И. А. Карасева, В. В. Бобков. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2026. — 116 с. — ISBN 978-5-507-56209-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/514158> (дата обращения: 00.00.0000). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### *Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <http://lib.rudn.ru/MegaPro/Web>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>
- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>
- ЭБС «Консультант студента» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)
- ЭБС «Троицкий мост»

## 2. Базы данных и поисковые системы

- электронный фонд правовой и нормативно-технической документации <http://docs.cntd.ru/>
- поисковая система Яндекс <https://www.yandex.ru/>
- поисковая система Google <https://www.google.ru/>
- реферативная база данных SCOPUS <http://www.elsevierscience.ru/products/scopus/>

*Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля\*:*

1. Курс лекций по дисциплине «Лечебная физкультура».

\* - все учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины **в ТУИС!**

**РАЗРАБОТЧИКИ**

---

Должность

**РУКОВОДИТЕЛЬ БУП**

Заведующий кафедрой

---

Должность

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО**

Заведующий кафедрой

---

Должность

---

Прадхан П.

Фамилия И.О

---

Петрова М.В.

Фамилия И.О

---

Петрова М.В.

---

Фамилия И.О