федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ

по направлению подготовки

31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности 31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № 11 от «22» июня 2018 г.

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль № 1.** Анатомические и физиологические основы рефлексотерапии

**Лекция №1.**

**Тема**: Анатомические основы рефлексотерапии.

**Цель:** Изучить анатомические основы рефлексотерапии

**Аннотация лекции.** Анатомические основы рефлексотерапии, повторение анатомических и топографических основ человека, строение скелета, топографическая анатомия мышц, строение кожи, сердечно-сосудистая система

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**Лекция №2.**

**Тема**: Современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связях с внутренними органами и системами.

**Цель:** Изучить современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связях с внутренними органами и системами.

**Аннотация лекции.** Топография и функциональное значение точек акупунктуры, соответствующих меридианам.. Анатомические основы рефлексотерапии, повторение анатомических и топографических основ человека, строение скелета, топографическая анатомия мышц, строение кожи, сердечно-сосудистая система

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**Лекция №3.**

**Тема**: Механизмы действия рефлексотерапии

**Цель**: Изучить механизмы действия рефлексотерапии.

**Аннотация** практического занятия: классификация активных точек, их локализация. Современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связь с внутренними органами и системами, точки му и шу как сегментарные точки, их традиционная трактов, локализация и названия точек му и шу сегментарные регуляторы внутренних органов правила сочетания точек.

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**Лекция №4.**

**Тема**: Методы рефлексотерапии

**Цель**: Изучить методы действия рефлексотерапии.

**Аннотация практического занятия**: Топография, показания к применению и разметке точек акупунктуры средней линии головы и первой боковой линии головы, определение локализации точек, расположенных на передне-срединном задне-срединном каналах, глубина введения иглы, предусмотренные ощущения, топографическая анатомия, показания к применению.

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**Модуль №2.** Общие основы рефлексотерапии

**Лекция №1.**

**Тема**: Современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связях с внутренними органами и системами.

**Цель**: Изучить современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связях с внутренними органами и системами.

**Аннотация лекции:** Топография и функциональное значение точек акупунктуры, соответствующих меридианам.

**Форма организации лекции:** *тематическая, информационная.*

**Методы обучения, применяемые на лекции**: *компъютерная презентация*

**Средства обучения**:

-материально-технические *мультимедийный проектор*.

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий.**

**Модуль № 1.** Анатомические и физиологические основы рефлексотерапии

**Тема 1. Физиология вегетативной нервной системы и регуляция вегетативных функций.Физиология высшей нервной деятельности.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания об организации лечебной физкультуры, анатомо-физиологических основах мышечной деятельности, теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки, гигиене физических упражнений.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Анатомические основы рефлексотерапии
2. повторение анатомических и топографических основ человека, строение скелета,
3. топографическая анатомия мышц, строение кожи,
4. сердечно-сосудистая система
5. Структурные особенности позвоночного столба.
6. Структурные особенности шейного, грудного и пояснично-крестцового отделов позвоночника и таза .
7. Структурные особенности локомоторной системы (суставы, связки).
8. Мышечная система, топография, фасции, связки.
9. Мышцы, фасции и связки головы и лица; шеи; плечевого пояса; верхних конечностей; туловища; таза и нижних конечностей.
10. Кровоснабжение позвоночника, суставов и мышечной системы. Вены и лимфатическая система.
11. Структурные особенности вегетативн
12. Характеристика упражнений. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку.
13. Характеристика физических упражнений по степени активности.
14. Характеристика физических упражнений по видовому признаку.
15. Характеристика физических упражнений по принципу использования снарядов и предметов.
 |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.  |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, рентгенограммы, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 2. Общая физиология центральной и периферической нервной системы.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о физиологи нервной системы, о точках акупунктуры и их связи с нервной системой.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Топография и функциональное значение точек акупунктуры, соответствующих меридианам
2. Стандартные точки меридианов. Принципы подбора точек.
3. Назовите противоболевые точки классических меридианов
4. Найти точки, заменяющие тонизирующую и седативную точки
5. Точки соединения янских ручных меридианов
6. Точки соединения янских ножных меридианов
7. I группа чудесных меридианов, показания к применению
8. II группа чудесных меридианов, показания к применениюФизическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы.
9. Физическое перенапряжение других систем организма.
 |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач. . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 3. Вопросы общей патологии.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания по вопросам общей патологии и акупунктуры.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. классификация активных точек, их локализация.
2. Современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связь с внутренними органами и системами, точки му и шу как сегментарные точки, их традиционная трактовка,
3. локализация и названия точек му и шу сегментарные регуляторы внутренних органов правила сочетания точек.
4. Краткие исторические сведения о массаже.
5. Показания и противопоказания для проведения массажа.
6. Влияние массажа на организм. Влияние массажа на кожу. Влияние массажа на мышцы, связки, суставы.
7. Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы.
8. Влияние массажа на обмен веществ.
9. Влияние массажа на нервную систему.
10. Характеристика видов массажа. Классификация массажа.
11. Лечебный массаж.
12. Спортивный массаж.
13. Гигиенический массаж.
14. Косметический массаж.
15. Гинекологический и урологический массаж.
16. Формы и методы.
17. Общий, частный массаж, самомассаж.
18. Ручной, аппаратный, комбинированный массаж.
19. Сегментарный массаж. Точечный массаж.
20. Основные приемы массажа.
21. Основные правила проведения массажа.
22. Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация.
 |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач. . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Модуль 2.** Общие основы рефлексотерапии

**Тема 1. Механизмы действия рефлексотерапии. Современные и традиционные представления о точках акупунктуры и их связях с внутренними органами и системами.**

 **Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания об определении и оценке физического развития. Научить применять ЛФК в клинике внутренних болезней.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Стандартные точки меридианов. Принципы подбора точек.
2. Назовите противоболевые точки классических меридианов
3. Найти точки, заменяющие тонизирующую и седативную точки
4. Точки соединения янских ручных меридианов
5. Точки соединения янских ножных меридианов
6. I группа чудесных меридианов, показания к применению
7. II группа чудесных меридианов, показания к применению
 |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.3в. Курация пациента . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 2. 1.** **Топография и функциональное значение точек акупунктуры, соответствующих меридианам.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о лечебной физкультуре при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата, в хирургии и нейрохирургии, в клинике нервных болезней Научить применять ЛФК в клинике внутренних болезней.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Стандартные точки меридианов. Принципы подбора точек.
2. Назовите противоболевые точки классических меридианов
3. Найти точки, заменяющие тонизирующую и седативную точки
4. Точки соединения янских ручных меридианов
5. Точки соединения янских ножных меридианов
6. I группа чудесных меридианов, показания к применению

II группа чудесных меридианов, показания к применению |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.3в. Курация пациента . |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Модуль № 3.** Методы рефлексотерапии

**Тема 1. Иглорефлексотерапия (классическая акупунктура) корпоральная. Акупрессура и точечный массаж.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике диспансеризации спортсменов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов с различной специализацией. Тактика врача при выявлении отклонений сосудистого тонуса у спортсменов.
2. Функциональное состояние вегетативной нервной системы у спортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.).
3. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональным тренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов.
4. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности. Функциональные и морфологические изменения в организме человека под влиянием систематической тренировки.
5. Спортивный массаж: механизмы воздействия на организм спортсмена.
6. Исследование сухожильных рефлексов у спортсменов. Функциональное состояние нервно-мышечного аппарата у спортсменов. Электромиография и миотонометрия.
7. Структурные изменения в сердце, механизмы его перестройки. Армирование физиологической гипертрофии и тоногенной дилатации камер сердца при рациональной системе физической тренировки.
8. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления спортивной работоспособности. Понятие о фазности процессов восстановления: срочное, текущее, позднее.
9. Понятие о тренированности. Физиологические показатели тренированности. Реакция организма на физические нагрузки различной мощности. Физиологическая и гигиеническая оценка основных видов спорта.
10. Значение специализированного питания в восстановлении и повышении работоспособности при спортивной деятельности. Понятие об углеводном насыщении мышц.

  |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.  |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *таблицы, плакаты, рентгенограммы, спирограммы;*

-материально-технические: м*ультимедийный проектор.*

**Тема 2. Электрорефлексотерапия.Лазерорефлексотерапия.**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике врачебно-педагогического контроля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Тестирование физической работоспособности 2. Врачебно-педагогические наблюдения 3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы успортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.).
2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональнымтренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов.
3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых вреабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности.
4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и измененияполостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами.
5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержаниеи задачи врачебно-педагогических наблюдений.
6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости отпериода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний.
7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология,тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом.
8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации.

  |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.  |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |

**Тема 3. Аурикулорефлексотерапия.Рефлексодиагностика (пульсовая электропунктурная, микросистемная)**

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Сформировать у обучающихся знания о порядке и методике врачебно-педагогического контроля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Проверка присутствующих;Уточнение причин отсутствующих;Обращение внимания на внешний вид и дисциплину, ответы на организационные вопросы студентов;Объявление темы, цели занятия;Ответы на вопросы студентов по теме занятия;Краткая характеристика этапов и содержания работы студентов на занятии;Мотивационный момент – объясняется актуальность изучения темы занятия. |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков -**  *письменный опрос.*Вопросы для письменного опроса1. Тестирование физической работоспособности 2. Врачебно-педагогические наблюдения 3. Врачебный контроль за детьми и подростками, занимающимися спортом1. Функциональное состояние вегетативной нервной системы успортсменов. Простейшие пробы вегетативной системы (проба Ашнера, исследование дермографизма и др.).
2. Заболевания внутренних органов, связанные с нерациональнымтренировочным режимом. Некоторые заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, почек, крови и др., наблюдающиеся у спортсменов.
3. Классификация и характеристика средств ЛФК, используемых вреабилитации пульмонологических больных. Принципы составления программ коррекции дыхательной недостаточности.
4. Методы определения гипертрофии стенок сердца и измененияполостной его емкости. Влияние спортивной специализации на объем сердца и его взаимосвязь со спортивными результатами.
5. Врачебно-педагогические наблюдения на тренировке. Содержаниеи задачи врачебно-педагогических наблюдений.
6. Постановка общих и специальных задач ЛФК в зависимости отпериода заболевания. Выбор адекватных средств реализации задач и формулировка методических указаний.
7. Формирование патологической гипертрофии сердца, ее этиология,тактика врача и экспертное решение о целесообразности дальнейших занятий спортом.
8. Современные методы функциональных исследований, позволяющие определить эффективность физической реабилитации.

  |
| 3 | **Основная часть учебного занятия** 3а. Беседа с обучающимися по вопросам темы3б. Решение ситуационных задач.  |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал;
* задание для самостоятельной подготовки обучающихся.
 |