

## **Змістовний модуль 1.**

*Основи теорії та практика оздоровчо-рекреаційної рухової активності.*

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 3.**

Технологія формування програм оздоровчо-рекреаційної активності при захворюваннях серцево-судинної системи (2 год.)

#### *Теоретичні питання*

1. Задачі фізичної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи.
2. Форми ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи.
3. Спеціальні вправи при захворюваннях серцево-судинної системи.
4. Протипоказання до ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи.

#### *Список літератури*

1. Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Сусла В.Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний посібник для викладачів і студентів. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. – 88 с.
2. Олексієнко Я. І., Гунько П. М. Теорія, види та технології оздоровчорекреаційної рухової діяльності : навч.-метод. посіб. / Я. І. Олексієнко, П. М. Гунько. – Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. – 260 с.
3. Павлова Ю. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини: монографія / Юлія Павлова. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 356 с.
4. Вовканич А. С. Вступ до фізичної реабілітації: навч. посіб. / А. С. Вовканич. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 184 с.
5. Фізична реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи : [анотований бібліографічний покажчик] / уклад. І. Свістельник. – Львів: 2015. – 111 с..

#### *Основні поняття*

Технологія, фізична реабілітація, ЛФК, захворювання серцевосудинної системи.

*Завдання до самопідготовки*

1. Визначте основні принципи фізичної реабілітації після інфаркту міокарда.

*Методичний практикум*

1. Проаналізуйте, які особливості фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі.

2. Обґрунтуйте особливості фізичної реабілітації після інфаркту міокарда.