

## **Змістовний модуль 1.**

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

### **ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 5.**

Технологія формування програм оздоровчо-рекреаційної активності при захворюваннях кишковошлункового тракту (2 год.)

#### *Теоретичні питання*

1. Лікувальна фізична культура при захворюваннях органів шлунковокишкового тракту.
2. Основи методики лікувальної фізкультури при захворюваннях органів шлунково-кишкового тракту.

#### *Список літератури*

1. Сухан В. С., Дичка Л.В., Блага О.С. Лікувальна фізична при захворюваннях органів травлення: [методичні рекомендації] / Сухан Вікторія Семенівна, Дичка Людмила Василівна, Блага Ольга Сергіївна. – Ужгород: типогр. УНУ, 2014. – 42 с.
2. 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.
3. 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.
4. Павлова Ю. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини: монографія / Юлія Павлова. – Львів: ЛДУФК, 2016. – 356 с.
5. Вовканич А. С. Вступ до фізичної реабілітації: навч. посіб. / А. С. Вовканич. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 184 с.
6. Мухін В. М. Фізична реабілітація. Навчальний посібник. Київ. – Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2005. – 470 с.

### *Основні поняття*

ЛФК, захворювання органів шлунково-кишкового тракту, оздоровче тренування, методики лікувальної фізкультури.

### *Завдання до самопідготовки*

1. Наведіть коротку характеристику основним методикам лікувальної фізкультури при захворюваннях органів шлунково-кишкового тракту, захворюваннях кишківника.

### *Методичний практикум*

1. Будьте готові пояснити особливості лікувальної фізичної культури при хронічному гепатиті, хронічному холециститі, хронічних гастритах, виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки.