

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Лечебная физкультура

- ▣ **Лечебная физическая культура (ЛФК)** – медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний. Для увеличения эффективности упражнений, в задачи ЛФК входит использование педагогических средств воздействия: выработка у пациента уверенности в своих силах, сознательного отношения к проводимым занятиям и необходимости принимать в них активное участие



- ЛФК помогает при многих болезнях, таких как ДЦП, остеохондрозе, соркоме, сколиозе.



ЛФК при ДЦП

- Цели ЛФК при ДЦП - это развитие способности к произвольному торможению движений, снижение гипертонуса мышц, улучшение координации движений, увеличение амплитуды движений в суставах. Также в задачи ЛФК при ДЦП входит обучение детей бытовым навыкам, элементам трудовых процессов, самообслуживанию. Благодаря занятиям лечебной физкультурой, у ребенка вырабатываются новые навыки и правильные движения.





ЛФК при сколиозе

▣ Сколиоз
де

человека.



ЛФК при плоскостопии

- ▣ **Плоскостопие** – изменение формы стопы, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов.





