

ID: 2019-05-4343-T-18723

Тезис

Лихограй Л.И., Уколова Е.С., Дробинина А.В., Бутин М.И.

Физическая культура и медицина

ФГБОУ ВО Оренбургский ГМУ Минздрава России

Научный руководитель: к.п.н. Ермакова М.А.

Актуальность. Недостаток движения и энергозатрат приводит к сбоям в работе всего организма, способствуя возникновению различных заболеваний.

Цель и задачи: раскрыть взаимосвязь лечебной физической культуры и медицины, продемонстрировать положительное влияние физической активности, ее оздоровительный и профилактический эффект на организм человека.

Материал и методы: анализ и обобщение литературы по данной теме.

Лечебная физическая культура - это самостоятельная медицинская дисциплина, использующая средства физической культуры для лечения заболеваний и повреждений, профилактики их обострений и осложнений, восстановления трудоспособности. Основным таким средством являются физические упражнения.

Результаты. Физическая культура использует в качестве основного лечебного средства физические упражнения, представляющие собой разновидность естественного врожденного качества человека - двигательной активности, являющейся основным стимулятором процессов роста, развития и формирования организма. Способствуя поддержанию здоровья, оздоровлению и реабилитации больного, она представляет собой одну из важнейших отраслей медицины. Воспитывая у человека сознательное отношение к применению физических упражнений и приобщая его к активному участию в лечебном и реабилитационном процессах.

Вывод. Вышеизложенная информация позволяет нам сделать вывод об исключительной роли, которую в коррекции уровня здоровья или в терапии заболевания играет целенаправленная двигательная активность в форме лечебной физической культуры, что связано с ее многочисленными благоприятными влияниями на организм.

Литература

1. Вайнер, Э. Н., 2009, - Лечебная физкультура. Учебник для вузов. М.: Флинт», 205 с.

Ключевые слова: физическая культура, медицина