

**Аннотация рабочей программы дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).**

**Направленность (профиль) образовательной программы - Физическая культура и дополнительное образование Спортивная подготовка**

**1. Цели и задачи освоения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины:**

формирование у студентов компетенций, направленных на решение задачи профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области лечебной физкультуры и массажа. Приобретение навыков по использованию физических упражнений и массажа с лечебной и профилактической целями.

**Задачи изучения дисциплины:**

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- основные термины, применяемые в лечебной физкультуре и массаже;
- основы ЛФК и методические принципы работы, механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях и травмах;
- технологии ЛФК и массажа;
- основные виды и приемы массажа, показания и противопоказания, использование вспомогательных средств;
- методы и организацию комплексного
- методику оздоровительных физкультурно- спортивных занятий с различными группами населения;

Уметь:

- использовать методы физиологического и педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК;
- формулировать конкретные задачи ЛФК в физическом воспитании различных групп населения;
- применять технологии ЛФК и массажа;
- провести экспресс- диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы;
- составить комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
- применять практические приемы использования лечебной физической культуры и массажа.

Владеть:

- знаниями о ЛФК, механизме действия физических упражнений и массажа в ЛФК, использование средств, форм и методов ее применение;
- технологиями проведения лечебной физической культуры и массажа;
- методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК.
- навыками практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации;
- методами составления комплексов ЛФК и оценке эффективности;
- навыками проведения процедуры классического оздоровительного массажа и самомассажа.

**2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения**

**2.1 Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения**

---

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
<p>Научные основы педагогической деятельности</p>	<p>ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний</p>	<p>ИД-1 ОПК-8  Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; культурно-исторические, нормативно-правовые, аксиологические, этические, медико-биологические, эргономические, психологические основы (включая закономерности, законы, принципы) педагогической деятельности; классические и инновационные педагогические концепции и теории; теории социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях; законы развития личности и проявления личностных свойств</p> <p>ИД-2 ОПК-8  Уметь: осуществлять педагогическое целеполагание и решать задачи профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; оценивать результативность собственной педагогической деятельности</p> <p>ИД-3 ОПК-8  Владеть: алгоритмами и технологиями осуществления профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; приемами педагогической рефлексии; навыками развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях</p>

		современного мира, формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни
--	--	---

### **3. Содержание дисциплины**

Общие основы лечебной физической культуры и массажа. Формы и методы проведения упражнений ЛФК и массажа. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания. Лечебная физкультура при нарушениях обмена веществ и заболеваниях суставов. Лечебная физкультура в травматологии. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях нервной системы. Лечебная физкультура и массаж при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей и подростков. Эволюция массажа. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению. Приёмы классического, гигиенического, лечебного и реабилитационного массажа. Частные методики массажа. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния организма детей до 1 го года. Применение тейпов, мазей, кремов и гелей в лечебном и спортивном массаже. Организация и методика занятий по физическому воспитанию школьников в специальной медицинской группе.