

Аннотация рабочей программы дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» для направления подготовки 44.03.05 «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)»

Цель 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 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 использования ЛФК и массажа;
- методiku 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.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

3.1 Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа)	Код и наименование	и	Код и наименование индикатора достижения универсальных компетенции
--------------------	--------------------	---	--

универсальных компетенций	универсальных компетенции	
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	<p>ИД-1 ^{ОПК-8}</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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 современного мира, формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни</p>

3. Содержание дисциплины

Тема 1. Общие основы лечебной физической культуры и массажа

Тема 2. Формы и методы проведения упражнений ЛФК и массажа

Тема 3. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений

Тема 4. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Тема 5. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания

Тема 6. Лечебная физкультура при нарушениях обмена веществ и заболеваниях суставов

Тема 7. Лечебная физкультура в травматологии

Тема 8. Лечебная физкультура при травмах и заболеваниях нервной системы

Тема 9. Лечебная физкультура и массаж при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей и подростков

Тема 10. Эволюция массажа. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению

Тема 11. Приёмы классического, гигиенического, лечебного и реабилитационного массажа

Тема 12. Частные методики массажа

Тема 13. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния организма детей до 1 го года

Тема 14. Применение тейпов, мазей, кремов и гелей в лечебном и спортивном массаже

Тема 15. Организация и методика занятий по физическому воспитанию школьников в специальной медицинской группе