

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования  
«Липецкий государственный педагогический университет»**

**Основная образовательная программа**

Направление: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год утверждения: 2016 г.

Год начала подготовки: 2013 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ**

**1. Цель дисциплины:**

приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу.

**2. Место дисциплины в структуре ООП:**

- лечебная физическая культура и массаж относится к дисциплинам по выбору;
- рабочая программа дисциплины «лечебная физическая культура и массаж» имеет трудоемкость равную 6 зачетным единицам.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

Коды	Содержание компетенций
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:**

- методику деления занимающихся на группы в зависимости от возраста и сопутствующего заболевания
- методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
- методы контроля за состоянием занимающихся при занятиях ЛФК;
- особенности методической деятельности при массаже и ЛФК;
- анатомо-физиологические особенности реакций организма детей, подростков и взрослых при проведении ЛФК и массажа.

**Уметь:**

- формулировать конкретные задачи ЛФК в физическом воспитании различных групп населения;
- провести экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы;
- сформулировать показания и противопоказания при назначении ЛФК при определенной патологии у конкретного человека;

- составить комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы.

**4. Общая трудоемкость дисциплины** для профиля «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности» составляет 6 зачетных единиц, общая трудоемкость 216 часов, контактных - 121 часов, самостоятельных - 95 часов, 1 зачет, 1 экзамен.

**5. Содержание дисциплины:**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Контактная работа										Сам. раб.
		Всего		Лекции		Практ. бол. группы		Практ. мал. группы		Индив.		
		зач. ед.	час.	ауд.	КСР	ауд.	КСР	ауд.	КСР	ауд.	КСР	
<b>7 семестр</b>												
1	Общие основы лечебной физической культуры		12,2	2			0,2	2				8
2	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ		42,2	14			2	12			0,2	14
3	Лечебная физическая культура в хирургии		12,5	2			0,5	4				6
4	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы		25	4			1	6				14
5	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов		16,5	6			0,5	4				6
<b>Итого в 7 семестре</b>		<b>3</b>	<b>108</b>	<b>28</b>			<b>4,2</b>	<b>28</b>			<b>0,2</b>	<b>48</b>
<b>зачет</b>												
<b>8 семестр</b>												
1	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии		12,6	4			0,9	10				4
2	Лечебная физическая		6,5	2			0,5	-				4

	культура акушерстве гинекологии	в и										
3	ЛФК заболеваниях повреждениях у детей и подростков	при и	6,5	2			0,5	-				4
4	Основы массажа		46,3	8			2	22			0,3	8
<b>Итого в 8 семестре</b>			<b>3</b>	<b>72</b>	<b>16</b>		<b>3,9</b>	<b>32</b>			<b>0,3</b>	<b>20</b>
<b>экзамен – 36 часов</b>												

**6. Автор (ы)** (ФИО, должность, ученое звание):

И.А. Мищенко, к.б.н., доцент кафедры АФКФ и МБД