

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

Основная образовательная программа

Направление: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Физическая культура

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: заочная

Срок обучения: 5лет

Год утверждения: 2015 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Современные средства реабилитации спортсменов**

1. Цель дисциплины:

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

2. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина относится к вариативной части профессионального цикла «дисциплины по выбору».

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенций:

- способен понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества (ОК-3);
- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- методику деления занимающихся на группы в зависимости от возраста и сопутствующего заболевания;
- методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий со спортсменами;
- методы контроля за состоянием занимающихся при занятиях физической реабилитацией;
- особенности методической деятельности при физической реабилитации;
- анатомо-физиологические особенности реакций организма детей, подростков и взрослых при проведении физической реабилитации.

уметь:

- формулировать конкретные задачи физической реабилитации в физическом воспитании различных групп спортсменов;
- сформулировать показания и противопоказания физической реабилитации при определенной патологии у конкретного человека;
- составить комплекс физической реабилитации и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц (180 часов).

5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость								Контроль		
	ЗЕТ	Часов всего	Аудиторная работа	Лекции	Семинары/практика	Лабораторные занятия	Индивидуальные занятия	Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачеты, экзамены*	Курсовые работы
9	2	72	4	4				68			
10	3	108	26	10		16		82		Э	

* З – зачет, О – зачет с оценкой, Э - экзамен

6. Основные разделы дисциплины:

1.	Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте
2.	Общая характеристика восстановления в спорте
3.	Характеристика физических средств восстановления. Их применение в физической культуре и спорте
4.	Реабилитация спортсменов после травм, заболеваний, переутомления и перенапряжения
5.	Применение физических средств восстановления при занятиях оздоровительной физической культурой у лиц различного возраста

7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Мищенко Ирина Александровна, доцент кафедры адаптивной физической культуры, кандидат биологических наук