

**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: 2014 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ**

**1. Цель дисциплины:** формирование у студентов знаний о закономерностях и методах физической реабилитации и приобретение практических умений по организации процесса физической реабилитации спортсменов.

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

- физическая реабилитация спортсменов относится к Блоку 1, дисциплинам (модулям) по выбору.
- рабочая программа дисциплины «физическая реабилитация спортсменов» имеет трудоемкость равную 5 зачетным единицам.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:** процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

Коды	Содержание компетенций
ОПК-6	готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:**

- содержание, формы и методы планирования и организации занятий по физической реабилитации;
- основы теории и методики физической реабилитации спортсменов;
- способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма;
- показания и противопоказания к проведению занятий по физической реабилитации;
- технику безопасности на занятиях по физической реабилитации.

**Уметь:**

- в зависимости от возраста, пола, подготовленности занимающихся формировать цели и задачи занятий по физической реабилитации;
- планировать занятия и другие формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ оздоровительной, рекреационной деятельности, а также возрастных, половых и других особенностей занимающихся;
- организовывать и проводить занятия по физической реабилитации с различным контингентом занимающихся;

- применять на занятиях по физической реабилитации средства и методы, адекватные поставленным задачам;
- использовать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфо-функциональных и индивидуально-психических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности, состояния здоровья;
- оценивать эффективность используемых средств и методов занятий.

**4. Общая трудоемкость дисциплины** для профиля «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности» составляет 5 зачетных единиц, общая трудоемкость 180 часа, контактных - 58 часа, самостоятельных - 122 часа, 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>8 семестр</b>												
1	Характеристика процессов утомления и восстановления в спорте		31	4			1	2				24
2	Значение и оценка восстановления в спорте		20,5				0,5	6				14
3	Характеристика физических средств восстановления. Их применение в физической культуре и спорте		30,5	4			0,5	4				22
4	Реабилитация спортсменов физическими средствами после травм, заболеваний, переутомления и перенапряжения		45	10			1	8				26
5	Применение физических средств восстановления при занятиях оздоровительной физической культурой у лиц различного возраста		52,7	8			2,4	6			0,3	36
<b>Итого в 8 семестре</b>		<b>5</b>	<b>180</b>	<b>26</b>			<b>5,4</b>	<b>26</b>			<b>0,3</b>	<b>122</b>
<b>Форма контроля – экзамен – 36 часов</b>												

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

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