

**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: 2015 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 - 129 часов, самостоятельных - 87 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	
9 семестр												
1	Общие основы лечебной физической культуры		6,2	2			0,2	2				2
2	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ		23,6	10			1,4	8			0,2	4
3	Лечебная физическая культура в хирургии		10,5	2			0,5	4				4
4	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы		17	4			1	6				6
5	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов		14,5	6			0,5	4				4
Итого в 9 семестре		2	72	24			3,6	24			0,2	20
зачет												
10 семестр												
1	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии		27	6			1	10				10
2	Лечебная физическая		9	2			1	-				6

	культура в акушерстве и гинекологии											
3	ЛФК при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков		10,5	4			0,5	-				6
4	Основы массажа		61,9	12			2,6	38			0,3	9
Итого в 10 семестре		4	108	24			5,1	48			0,3	31
экзамен – 36 часов												

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

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