

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Формирование системы знаний, умений и навыков в области лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа, в основе которой лежит изучение основ заболеваний функциональных систем организма человека (сердечно-сосудистая, дыхательная, эндокринная, опорно-двигательная, ЦНС, выделительная, пищеварительная), а также изучение современных методов ЛФК и массажа.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» направлена на формирование у студентов следующих компетенции:

ПК-12 – способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.

В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

- дать знания о ЛФК, механизме действия физических упражнений и массажа в ЛФК, использование средств, форм и методов ее применение;
- обучить методам оценки функционального состояния организма школьника, выбора лечебно-оздоровительного комплекса и дозирования физических нагрузок при занятиях ЛФК;
- дать знания о наиболее часто встречающихся дефектах физического развития у школьников и способах их коррекции средствами ЛФК;
- дать знания о наиболее часто встречающихся хронических заболеваниях у школьников и методах ЛФК, используемых в их комплексном лечении;
- обучить методам составления комплексов ЛФК и оценке эффективности массажа.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к вариативной части основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета «Биология» на предыдущем уровне образования.

Освоение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является необходимой основой для изучения дисциплин вариативной части «Физиология физической культуры и спорта», «Спортивная медицина», а также дисциплин по выбору студентов.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование профессиональных компетенций (ПК):

ПК-12 – способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ПК-12	Способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью	- средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции	-создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и	- методами и средствами спортивного массажа; - организовывать восстановительны

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
		обучающихся.	состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся;	воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и подростков, обучающихся в образовательных учреждениях;	е мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; - средствами и методами профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач.ед. (144 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр (часы)
		5
Контактная работа, в том числе:		
Аудиторные занятия (всего):	66	66
Занятия лекционного типа	34	34
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16	16
Лабораторные занятия	16	16
Иная контактная работа:		
Контроль самостоятельной работы (КСР)	6	6
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3	0,3
Самостоятельная работа, в том числе:		
Курсовая работа	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала	12	12
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, подготовка к практическим занятиям, подготовка к лабораторным занятиям)	12	12
Подготовка к текущему контролю	12	12
Контроль:		
Подготовка к экзамену	35,7	35,7
Общая трудоёмкость	Всего часов	144
	В том числе контактная работа	72,3
	Зач. ед.	4

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре (очная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
1	Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре	6	2	2		2
2	Дозировка величины физической нагрузки и основные формы ЛФК	6	2	2		2
3	Приемы и техника массажа. Методика массажа	12	2	2	6	2
4	Виды массажа: точечный, инструментальный, гигиенический, спортивный, косметический, самомассаж	10	2	2	4	2
5	Контроль над переносимостью и эффективностью лечебной физической культуры и массажа	8	2	2		4
6	Лечебная физическая культура и массаж при травмах	10	4	2		4
7	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	10	4	2		4
8	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания	14	4	2	4	4
9	Лечебная физическая культура и массаж при ожирении и заболеваниях суставов	8	4			4
10	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях нервной системы	8	4			4
11	Лечебная физическая культура и массаж при нарушениях осанки у детей и подростков	10	4		2	4
	<i>Итого по дисциплине:</i>		34	16	16	36

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

2.3 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

3. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

3.1 Основная литература:

1. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. – Ставрополь : Северо-Кавказский

федеральный ун-т, 2014. – 258 с. : ил. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233>

3.2 Дополнительная литература:

1. Юречко, О. В. Лечебная физическая культура в профилактике и коррекции нарушений осанки у детей школьного возраста [Электронный ресурс] учеб. пособие / О. В. Юречко. – Благовещенск : Благовещенский гос. пед. ун-т, 2015 – 128 с. – URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=24933912>

2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905 .

5.3. Периодические издания:

1. Адаптивная физическая культура. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34077976>

Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=56927>

2. Культура физическая и здоровье. □ URL: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34076323>

4. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=27127>

5. Теория и практика физической культуры. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34113949>

6. Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. □□ URL: <https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta>.

7. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822>

8. Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351>

9. Физическая культура, спорт □ наука и практика. □ URL: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name .

10. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>; https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name.

11. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661>

4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

4.1 Перечень информационных технологий.

- Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.

- Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.

4.2 Перечень необходимого программного обеспечения

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»

2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»

3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».

4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Google Chrome »

5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»

6. Программа файловый архиватор «7-zip»

7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»

8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

4.3 Перечень информационных справочных систем:

1. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.

2. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.

3. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

4. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

5. Web of Science (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <http://webofknowledge.com>.

6. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

Автор-составитель Шкляренко А.П., доктор биологических наук, профессор кафедры физической культуры и естественно-биологических дисциплин КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани.