Лечебная физкультура и массаж

|  |  |
| --- | --- |
| Место дисциплины в структурной схеме образовательной программы | Образовательная программа  I ступень высшего образования  Специальность: 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность  (по направлениям)  Цикл специальных дисциплин  Компонент учреждения высшего образования |
| Краткое содержание | Теоретические основы лечебной физической культуры (ЛФК) как метода неспецифической, патогенетической и функциональной терапии. Механизмы лечебного действия физических упражнений на организм. Организационно-методические основы ЛФК. Показания и противопоказания к применению физических упражнений. Средства и формы ЛФК. Двигательные режимы в ЛФК. Дозирование нагрузки в ЛФК. Методы оценки эффективности ЛФК. ЛФК при заболеваниях внутренних органов. ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.  ЛФК в травматологии и неврологии. Физическая культура в специальных медицинских группах.  Общие основы массажа. Классификация массажа. Механизмы влияния массажа на организм. Технические приемы массажа. Спортивный массаж. Методики массажа при заболеваниях и травмах в физкультурно-спортивной деятельности. |
| Формируемые компетенции, результаты обучения | Специализированные компетенции: применять основы теоретико-методических знаний лечебной физической культуры, навыки проведения занятий физической культурой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья |
| Пререквезиты | Анатомия, спортивная медицина |
| Трудоемкость | 3 зачетные единицы, 262 академических часа (124 аудиторных, 138 – самостоятельная работа) |
| Семестр(ы), требования и формы текущей и промежуточной аттестации | 5,6-й семестр зачеты  7-й семестр, экзамен |