

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.11.2022 09:18:21

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a8999b11190892af5398942b420596b1573a454e57789



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО БГПУ

О.В. Юречко
«23» мая 2019 г.

**Рабочая программа дисциплины
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И МАССАЖ**

Направление подготовки
44.03.01 – «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»

Профиль
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ

Принята
на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	5
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	10
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	12
6 ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СТРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	18
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ	29
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	29
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	29
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	Ошибка! Закладка не определена.
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	Ошибка! Закладка не определена.

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: формирование систематизированных знаний в области лечебной физкультуры и массажа по использованию физических упражнений и массажа с лечебной и профилактической целями.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: Дисциплина «Лечебная физкультура и массаж» относится к блоку Б1 (Б1.В.06).

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций ОПК-8:

ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний, индикаторами достижения которой является:

- ОПК-8.2 Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения студент должен

знать:

- методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
- методику построения занятий по ЛФК разные периоды болезни при различных заболеваниях;
- основы методики проведения процедуры лечебной гимнастики при различных заболеваниях;
- основные термины, применяемые в лечебной физкультуре и массаже;
- понимать механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях и травмах;
- показания и противопоказания к проведению массажа и назначению физических упражнений с лечебной целью;

уметь:

- уметь составлять схемы и примерные комплексы физических упражнений при различных заболеваниях;
- использовать простейшие медицинские приборы для исследования и оценки функционального состояния больных;
- формулировать показания и противопоказания при назначении массажа и физических упражнений с лечебной целью;

владеть:

- методикой проведения процедуры массажа и ЛФК;
- методикой проведения контроля и оценки простейших функциональных проб;
- владеть техникой и методикой выполнения приемов классического, спортивного массажа и самомассажа.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Лечебная физкультура и массаж» составляет 6 з.е. (216 ч.):

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Количество часов	ЗЕ
1	Лечебная физкультура и массаж	4	7	108	3
2	Лечебная физкультура и массаж	4	8	108	3

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и лабораторных занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа обучающихся по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности**Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 7	Семестр8
Общая трудоемкость	216	108	108
Аудиторные занятия	30	18	12
Лекции	12	8	4
Лабораторные занятия	18	10	8
Самостоятельная работа	173	86	87
Экзамен, зачет	13	4	9
Вид итогового контроля		зачет	экзамен