

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

1. Цель освоения дисциплины

Формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «Безопасность жизнедеятельности», «Педагогика», «Психология», «Физиология», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Физиология физической культуры и спорта», прохождения практики «Педагогическая практика (воспитательная)».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Методика обучения физической культуре», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Психодиагностика в физическом воспитании и спорте», «Психологические основы педагогического общения», «Психологическое здоровье личности учителя», «Психология группы и командообразование», «Психология жизненного пути личности», «Психология физической культуры и спорта», «Социология физической культуры и спорта», «Теория и методика адаптивной физической культуры», «Теория и методика физической культуры и спорта», прохождения практик «Исследовательская практика», «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2);
- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

- теоретико-методологические основы лечебной физической культуры;
- сущность различных заболеваний, их этиологию и патогенез, средства и методы ЛФК для каждой нозологической группы;
- роль массажа в системе лечебных, реабилитационных, оздоровительных мероприятий;

уметь

- составлять комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
- составлять программу лечения, реабилитации и профилактики при различных заболеваниях;
- применять приемы массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;

владеть

- методами организации научно-исследовательской работы по ЛФК;
- методиками проведения ЛФК при различных заболеваниях и повреждениях и оценке эффективности ее проведения;
- методами, формами и организацией проведения оздоровительных мероприятий.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 4,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 144 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 20 ч., СРС – 120 ч.),

распределение по семестрам – 4 курс, зима,

форма и место отчётности – зачёт (4 курс, зима).

5. Краткое содержание дисциплины

Общие основы лечебной физической культуры.

Понятие о ЛФК, его задачи и значение. Средства и формы проведения ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного и реабилитационного действия физических упражнений. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности. Показания и противопоказания к лечебному применению физических упражнений. Методы оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения ЛФК. Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.

Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях внутренних органов и нервной системы, опорно-двигательного аппарата, нарушениях обмена веществ..

Методики ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ОДА).

Методика ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ССС). Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Методика ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, нарушениях обмена веществ. Методика ЛФК при заболеваниях нервной системы.

Массаж.

Физиологическое влияние массажа на организм человека. Гигиенические основы массажа.

Классификация приёмов массажа. Формы и методы лечебного массажа.

6. Разработчик

Даянова Марина Александровна кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".