

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к дисциплинам Блока 1, Б1.В.01.06, части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль: Физическая культура. Адаптивная физическая культура.

### **2. Объем дисциплины: 4 зачетные единицы.**

**3. Содержание дисциплины:** Введение в ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного действия ЛФК. Средства ЛФК. Периодизация и контроль нагрузок в ЛФК. Формы организации и методика проведения занятий ЛФК. Методика ЛФК в ортопедии. Методика ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Методика ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Основы массажа. Лечебный массаж, основные приемы. Сегментарно-рефлекторный массаж. Приемы. Точечный массаж. Самомассаж. Спортивный массаж. Массаж при спортивных травмах и заболеваниях, связанных со спортом.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (**УК-7**);
- способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач (**ПК-1**).

### **5. Форма контроля: экзамен.**

**6. Разработчик:** Кочиева Элина Романовна, доцент кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр