

# **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 части, формируемой участниками образовательных отношений (предметно-методический модуль) Б1.В.01.03.

### **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 осуществлять тренировочный процесс занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) с использованием базовых знаний в области смежных дисциплин – **ПК – 3**.

### **5. Форма контроля: экзамен.**

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