**Учебная дисциплина «Лечебная физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| Место дисциплины в структурной схеме образовательной программы | Образовательная программа бакалавриата (I ступень высшего образования)*Специальность* 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям); направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельностьСпециальность 6-05-1012-02 Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)Государственный компонент. Медико-биологический модуль-1 |
| **Краткое содержание** | Лечебная физическая культура – составная часть медицинской реабилитации больных, метод комплексной функциональной терапии, использующий физические упражнения как средство сохранения организма больного в деятельном состоянии, стимуляции его внутренних резервов, в предупреждении и лечении болезней, вызванных вынужденной гиподинамией.При использовании средств ЛФК в терапии различных заболеваний и повреждений ведущее место принадлежит проприоцепции, которая по механизму моторно-висцеральных рефлексов закономерно изменяет работу внутренних органов, а через них нормализуется функция внутренних органов. Задача лечебной физической культуры заключается в восстановлении доминанты моторики – нормального стереотипа всей жизнедеятельности организма. |
| **Формируемые компетенции, результаты обучения** | Базовые профессиональные компетенции: ***знать:*** теоретические и организационно-методические основы ЛФК;характеристику основных заболеваний и травм;задачи и средства ЛФК при различных заболеваниях и травмах;общие и гигиенические основы массажа, механизмы влияния массажа на организм, технические приемы массажа;разновидности и особенности спортивного массажа, методики массажа при заболеваниях и травмах в физкультурно-спортивной деятельности; ***уметь:*** подбирать специальные упражнения при различных заболеваниях и травмах; составлять планы-конспекты занятий ЛФК; организовывать и проводить занятия ЛФК при различных заболеваниях и травмах; владеть техническими приемами массажа; выполнять методики массажа при различных заболеваниях и травмах; ***владеть:*** навыками подбора основных средств, форм и двигательных режимов в лечебной физической культуре; навыками составления комплексов специальных упражнений и планов-конспектов занятий лечебной гимнастикой; навыками проведения тестирования при обследовании больных в целях кинезитерапии, навыками подбора средств и форм лечебной физической культуры с целью составления коррекционно-восстановительных программ для больных различного профиля; навыками подбора и изменения дозировки физической нагрузки; навыками оценки эффективности коррекционно-восстановительных программ; навыками выполнения различных приемов и видов массажа; навыками выполнения массажа при различных заболеваниях у лиц разного возраста. |
| **Пререквизиты** | Анатомия; физиология; биомеханика; гигиена; спортивная медицина. |
| **Трудоемкость** | 3 зачетные единицы, 112 академических часов, из них 74 аудиторных: 14 ч лекций, 52 ч практических занятий и 8 ч семинарских занятий. |
| **Семестр(ы), требования и формы текущей и промежуточной аттестации** | 7-й семестр, экзамен, контроль аудиторных занятий (контрольная работа, тест, коллоквиум) |