

Продолжительность: 72 часа

Дата начала: в течение учебного года по мере набора группы

Преподаватели: ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

Цель курса: качественное изменение профессиональных компетенций, необходимых в процессе профессиональной деятельности специалиста по адаптивной физической культуре, формирование у слушателей необходимого объема знаний о современных реабилитационных технологиях, формирование поведения, направленного на сохранение и повышение уровня здоровья, мотивации к ведению здорового образа жизни.

Категория слушателей: лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

Форма обучения: очная, очно-заочная

Режим занятий: 7-8 дней по 4-8 часов

Требования к результатам обучения:

В результате освоения программы слушатель должен

Знать:

- Этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- Закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека;
- Особенности проведения профилактических, реабилитационных и компенсаторных программ при различной патологии;
- Основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера, способствующие укреплению здоровья и профилактике возникновения заболеваний, ведущие к формированию навыков здорового образа жизни, способствующих поддержанию на должном уровне двигательной активности человека, устранению вредных привычек;
- Нормативную документацию, принятую в здравоохранении (законы Российской Федерации), технические регламенты, международные и национальные медицинские стандарты, приказы, рекомендации, действующие международные классификации), а также документацию для оценки качества и эффективности работы медицинских организаций.

Уметь:

- Проводить с занимающимися комплексы физических упражнений;
- Применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;
- Проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;
- Обучать взрослое население, детей и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим укреплению здоровья и профилактике возникновения заболеваний, ведущим к формированию навыков здорового образа жизни, способствующим

поддержанию на должном уровне их двигательной активности, устранению вредных привычек;

- Использовать нормативную документацию, принятую в здравоохранении (законы Российской Федерации, технические регламенты, международные и национальные медицинские стандарты, приказы, рекомендации, действующие международные классификации), а также документацию для оценки качества и эффективности работы медицинских организаций;

- Формировать у занимающихся социально-значимые потребности, ценностные ориентации, проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни.

Владеть:

- Методами, приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций, предупреждения прогрессирования основного заболевания, развития осложнений;

- Способами экологического, санитарно-гигиенического обеспечения своей профессиональной деятельности;

- Нормативной документацией, принятой в здравоохранении (законы Российской Федерации, технические регламенты, международные и национальные медицинские стандарты, приказы, рекомендации, действующие международные классификации), а также документацией для оценки качества и эффективности работы медицинских организаций в сфере медицинской реабилитации;

- Основными принципами проведения гигиенических мероприятий оздоровительного характера, способствующих укреплению здоровья и профилактике возникновения заболеваний, ведущих к формированию навыков здорового образа жизни, способствующих поддержанию на должном уровне их двигательной активности, устранению вредных привычек.

Учебно-тематический план программы:

В программу обучения включены следующие модули и темы:

№	Наименование модулей, тем	Всего час.	В том числе		
			лекции	практ.	самост.
Модуль 1. Основы здорового образа жизни и профилактика заболеваний		42	20	8	14
1.1.	Общие вопросы сохранения и укрепления здоровья	8	4	2	2
1.2.	Современные представления о возникновении хронической патологии и возможности ее коррекции	6	4		2
1.3.	Основные константы человеческого	6	2	2	2

	организма и пути поддержания гомеостаза				
1.4.	Эндоекологическая реабилитация	4	2		2
1.5.	Роль воды в сохранении и укреплении здоровья	2		2	
1.6.	Правильное питание и здоровье человека	4	2		2
1.7.	Современные представления о влиянии сна на здоровье человека	2	2		
1.8.	Понятие нутрицевтиков	4	2		2
1.9.	Составление пищевого дневника и расчет суточного рациона	6	2	2	2
Модуль 2. Современные технологии лечебной физической культуры		12	6		6
2.1.	Биомеханика ходьбы	4	2		2
2.2.	Методика скандинавской ходьбы	4	2		2
2.3.	Техника скандинавской ходьбы	4	2		2
Модуль 3. Нормативно-правовые аспекты реабилитации в РФ		6	2	2	2
3.1.	Современные подходы к реабилитации в России	6	2	2	2
Модуль 4. Современные методики массажа		10	6		4
4.1.	Кинезиологическое тейпирование	6	4		2
4.2.	Массаж с аппликаторами Ляпко	4	2		2
Итоговая аттестация		2			
		72	34	10	26

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).