

Продолжительность: 72, 102 и более часов

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 физической культуре, по адаптивной физической культуре, формирование у слушателей необходимого объема знаний, методических и практических умений и навыков по массажу.

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:

- историю развития ЛФК и массажа;
- физиологические механизмы действия физических упражнений и массажа на организм;
- показания и противопоказания к массажу, гигиенические основы массажа;
- классификацию физических упражнений и особенности их использования в зависимости от нозологии.

Уметь:

- составлять и проводить процедуру лечебной гимнастики в зависимости от функционального состояния человека;
- проводить процедуру общего и локального массажа;
- проводить оценку эффективности реабилитационного процесса.

Владеть:

- приемами общего и частичного массажа

- навыками составления комплексов физических упражнений и комплексов восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

В программу обучения включены следующие модули и темы:

№	Наименование модулей, тем	Всего час.	В том числе		
			лекции	практ.	самост.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
	Модуль 1. Основы массажа	46	2	4	40
1.1	Тема 1.1. Понятие о массаже. Краткие анатомические особенности мышц туловища и конечностей.	12	2	-	10
1.2	Тема 1.2. Биомеханическая характеристика массажных приемов	16	-	2	14
1.3	Тема 1.3. Массаж частей тела	18	-	2	16
	Модуль 2. Основы спортивного массажа	24	2	2	20
2.1	Тема 2.1. Тренировочный, предварительный, восстановительный массаж	12	2	-	10
2.4	Тема 2.2 Технологии массажа в сочетании с другими средствами восстановления	12	-	2	10
	Итоговая аттестация				
	Итого	72	4	6	60

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).