

**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>
	<b>Модуль 1. Основы массажа</b>	<b>46</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>40</b>
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
	<b>Модуль 2. Основы спортивного массажа</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
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
	<b>Итоговая аттестация</b>				
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>60</b>

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).