

**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 физической культуре, по адаптивной физической культуре, формирование у слушателей необходимого объема знаний, методических и практических умений и навыков по лечебной физической культуре и 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 частного массажа, навыками составления комплексов физических упражнений и комплексов восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

**Учебно-тематический план программы:**

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>26</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>20</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	6	-	2	4

	массажных приемов				
1.3	Тема 1.3. Массаж частей тела	8	-	2	6
	<b>Модуль2. Основы спортивного массажа</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
2.1	Тема 2.1. Тренировочный, предварительный, восстановительный массаж	8	2		6
2.4	Тема 2. 2 Технологии массажа в сочетании с другими средствами восстановления	6		2	4
	<b>Модуль 3. Основы ЛФК</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
3.1	Тема 3.1. Организационно-методические основы ЛФК	6	2		4
3.2	Тема 3.2. Характеристика и методика применения средств ЛФК.	8	2	2	4
3.3	Тема 3.3. Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.	16	2	2	12
	<b>Итоговая аттестация</b>				
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>50</b>

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).