**Продолжительность:**72, 102 и более часов

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**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. |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
|  | **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).