

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»**

**1. Место дисциплины в структуре ОПОП.** Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к дисциплинам Блока 1 части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.В.04.

**2. Объем дисциплины:** 3 зачетные единицы.

**3. Содержание дисциплины:** Введение в ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного действия ЛФК. Средства ЛФК. Периодизация и контроль нагрузок в ЛФК. Формы организации и методика проведения занятий. ЛФК. Методика ЛФК в ортопедии. Методика ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Методика ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Основы массажа. Лечебный массаж, основные приемы. Сегментарно-рефлекторный массаж. Приемы. Точечный массаж. Самомассаж. Спортивный массаж. Массаж при спортивных травмах и заболеваниях, связанных со спортом.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.** В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности – **УК-7**;
- способен осуществлять тренировочный процесс занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) с использованием базовых знаний в области смежных дисциплин – **ПК-3**.

**5. Форма контроля:** экзамен.

**6. Разработчик:** Кочиева Элина Романовна, доцент кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр.