

ГОУ ВПО Кыргызско-Российский Славянский университет  
Имени первого Президента Российской Федерации Б.Н.Ельцина



## МОДУЛЬ: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

### Лечебная физическая культура

Закреплена за кафедрой Физического воспитания и спорта

Учебный план Физическая культура.rlx

Для всех направлений (уровень бакалавриата и специальностей (уровень специалитета) КРСУ очно-заочной формы обучения (с применением дистанционных технологий)

Форма обучения заочная

Общая трудоемкость 2 ЗЕТ

Часов по учебному плану 108

В том числе:

Аудиторные занятия 14

Самостоятельная работа 89,4

Виды контроля в семестрах: 1,2,3,4 зачет

Распределение часов дисциплины по семестрам. Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач.ед. (144 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		(часы)
		5
<b>Контактная работа, в том числе:</b>		
Аудиторные занятия (всего):	66	66
Занятия лекционного типа	34	34
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16	16
Лабораторные занятия	16	16
<b>Иная контактная работа:</b>		
Контроль самостоятельной работы (КСР)	6	6
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3	0,3
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>		
Курсовая работа	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала	12	12
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, подготовка к практическим занятиям, подготовка к лабораторным занятиям)	12	12
Подготовка к текущему контролю	12	12
<b>Контроль:</b>		
Подготовка к экзамену	35,7	35,7
<b>Общая трудоемкость</b>		
Всего часов	144	144
В том числе контактная работа	72,3	72,3
Зач. ед.	4	4

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины**

### **1.1 Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является формирование системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки в области лечебной физической культуры и массажа

### **1.2 Задачи дисциплины**

Изучение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» направлена на формирование у студентов следующих компетенции:

ПК-12 – способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.

В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

- дать знания о ЛФК, механизме действия физических упражнений и массажа в ЛФК, использование средств, форм и методов ее применение;

- обучить методам оценки функционального состояния организма школьника, выбора лечебно-оздоровительного комплекса и дозирования физических нагрузок при занятиях ЛФК;

- дать знания о наиболее часто встречающихся дефектах физического развития у школьников и способах их коррекции средствами ЛФК;

- дать знания о наиболее часто встречающихся хронических заболеваниях у школьников и методах ЛФК, используемых в их комплексном лечении;

- обучить методам составления комплексов ЛФК и оценке эффективности массажа.

### **1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к вариативной части основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета «Физиология» на предыдущем уровне образования.

Дисциплины, на которых базируется данная дисциплина: медико-биологические дисциплины вариативной части профессионального цикла.

Дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей: «Спортивная медицина».

### **1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование профессиональных компетенций (ПК):

ПК-12 – способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ПК-12	Способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.	- средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их воз-	-создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни у детей и	- методами и средствами спортивного массажа; - организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; - средствами и ме-

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			раста, пола, профессиональной деятельности и психофизического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся;	подростков, обучающихся в образовательных учреждениях;	тодами профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач.ед. (144 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр (часы)	
		5	
<b>Контактная работа, в том числе:</b>			
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	66	66	
Занятия лекционного типа	34	34	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16	16	
Лабораторные занятия	16	16	
<b>Иная контактная работа:</b>			
Контроль самостоятельной работы (КСР)	6	6	
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3	0,3	
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>			
Курсовая работа	-	-	
Проработка учебного (теоретического) материала	12	12	
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, подготовка к практическим занятиям, подготовка к лабораторным занятиям)	12	12	
Подготовка к текущему контролю	12	12	
<b>Контроль:</b>			
Подготовка к экзамену	35,7	35,7	
<b>Общая трудоёмкость</b>	Всего часов	144	144
	В том числе контактная работа	72,3	72,3
	Зач. ед.	4	4