

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
МАССАЖ
основной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 Физическая культура

**ПРОФИЛЬ СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ
СПОРТА**

квалификация (степень) – бакалавр
форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины "массаж" составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению 49.03.01 спортивная тренировка в избранном виде спорта в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области массажа и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Бакалавр по направлению подготовки 49.03.01 спортивная тренировка в избранном виде спорта должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

тренерская деятельность

- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс

рекреационная деятельность

- подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП:

Дисциплина относится к профессиональному циклу вариативная часть Б.3.В.10. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам:

спортивная медицина

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) общепрофессиональные (ОПК)

ОПК-7

способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую помощь

б) профессиональные:

ПК-12

Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	Историю развития массажа, анатомо-физиологические основы массажа, механизмы физиологического действия приемов массажа и сеанса массажа на организм спортсмена (ПК-12) Значение массажа в системе спортивной тренировки (ОПК-7) Характеристику и основные принципы назначения различных видов массажа (общего, лечебного, спортивного) (ПК-12) Методику сочетания массажа с другими восстановительными средствами (ПК-12)
Уметь:	Технически правильно выполнять основные разновидности массажных приемов (ПК-12) Использовать в своей деятельности профессиональную лексику (ОПК-7)
Владеть:	Методикой общего массажа (ПК-12) Методиками восстановительного и предварительного спортивного массажа (ПК-12)

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
			8		
Аудиторные занятия (всего)	44*	-	44	-	-
В том числе:					
Лекции	4	-	4	-	-
Практические занятия (ПЗ)	40	-	40	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	28	-	28	-	-
В том числе:	-	-	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-	-	-
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>	-	-	-	-	-
Работа с Интернет-ресурсами	10	-	10	-	-
Самостоятельное изучение тем	8	-	8	-	-
Изучение теоретического материала	-	-		-	-
Анализ диссертационных работ	-	-		-	-
Подготовка к текущим контролям	-	-		-	-
Подготовка к зачёту	10	-	10	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачёт)	+	-	+	-	-
Общая трудоемкость	часы	72	-	72	-
	зачетные единицы	2	-	2	-

**Примечание: из 44 часов занятий – 20 часов в интерактивной форме заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		10			
Аудиторные занятия (всего)	16*	16			
В том числе:					
Лекции	2	2			
Практические занятия (ПЗ)	14	14			
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
Самостоятельная работа (всего)	56	56			
В том числе:					
Контрольная работа	10	10			
Работа с Интернет-ресурсами	6	6			
Самостоятельное изучение тем	30	30			
Подготовка к зачету	10	10			
Вид промежуточной аттестации (зачет)	+	+			
Общая трудоемкость	часы	72	72		
	зачетные единицы	2	2		

**Примечание: из 16 часов занятий – 4 часа в интерактивной форме*