

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки:

Физкультурно-оздоровительная работа

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «**Лечебная физическая культура**» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **49.03.01 «Физическая культура»** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области ведения здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

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

Бакалавр по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Рекреационная деятельность:

- привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни;
- реализовывать программы, режимы занятий *по* двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения;
- подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности;
- обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся;
- способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу *жизни*.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1 *вариативной* части, дисциплины и курсы по выбору студента, устанавливаемые вузом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: анатомия человека, физиология человека, биомеханика двигательной деятельности, гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, педагогика физической культуры, психология физической культуры, теория и методика обучения базовым видам спорта, теория и методика физической культуры.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) общекультурные (ОК):

способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);

б) профессиональные (ПК):

способностью 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 (ПК-12).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

| | |
|----------|---|
| Знать: | <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды (ОК-8); - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений (ПК-12); - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений (ПК-12); - показания и противопоказания к применению форм и методик лечебной физической культуры (ПК-12). - принципы здорового образа жизни с помощью занятий лечебной физической культурой (ПК-12); |
| Уметь: | <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося (ПК-12); - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК (ПК-12); - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений (ПК-12); - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях (ПК-12); - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений (ПК-12); |
| Владеть: | <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок (ОК-8); - методами диагностики индивидуальных особенностей и подготовленности занимающихся (ПК-12); - навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима (ПК-12); - навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния (ПК-12); - навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях (ПК-12). |

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | семестры | | | |
|---|-------------------------|------------|--|--|------------|
| | | | | | 7 |
| Аудиторные занятия (всего) | 54* | | | | 54* |
| В том числе: | | | | | |
| Лекции | 10 | | | | 10 |
| Практические занятия (ПЗ) | 44* | | | | 44* |
| Лабораторные работы (ЛР) | | | | | |
| Самостоятельная работа (всего) | 54 | | | | 54 |
| Подготовка к проведению фрагмента занятия | 4 | | | | 4 |
| Изучение теоретического материала | 10 | | | | 10 |
| Подготовка к текущим контролям | 4 | | | | 4 |
| Подготовка и сдача экзамена | 36 | | | | 36 |
| Вид промежуточной аттестации | экзамен | | | | экзамен |
| Общая трудоемкость | часы | 108 | | | 108 |
| | зачетные единицы | 3 | | | 3 |

*- 14 часов проводятся в интерактивной форме.

заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | семестры | | | |
|-----------------------------------|-------------|----------|--|--|------------|
| | | | | | 9 |
| Аудиторные занятия (всего) | 14* | | | | 14* |
| В том числе: | | | | | |
| Лекции | 4 | | | | 4 |
| Практические занятия (ПЗ) | 10* | | | | 10* |
| Семинары (С) | | | | | |
| Лабораторные работы (ЛР) | | | | | |

| | | | | | | |
|---|-------------------------|------------|--|--|--|------------|
| Самостоятельная работа (всего) | | 94 | | | | 94 |
| Подготовка к проведению фрагмента занятия | | 4 | | | | 4 |
| Изучение теоретического материала | | 30 | | | | 30 |
| Подготовка к текущим контролям | | 4 | | | | 4 |
| Подготовка и сдача экзамена | | 36 | | | | 36 |
| Выполнение контрольной работы | | 20 | | | | 20 |
| Вид промежуточной аттестации | | экзамен | | | | экзамен |
| Общая трудоемкость | часы | 108 | | | | 108 |
| | зачетные единицы | 3 | | | | 3 |

*- 4 часа проводятся в интерактивной форме.