

АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура

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 **рекреационной** деятельности.

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

- привлекать население к рекреационной деятельности как факторы 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 ООП:

Дисциплина относится к *вариативной* части, дисциплинам по выбору студента. 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) общекультурными (ПК):

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

б) профессиональные:

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 (**ПК-12**)

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none">- анатомио-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:	- 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:	- 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) В том числе:	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) В том числе:	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.