**Продолжительность:**72 часа

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**Преподаватели:**ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

**Цель курса:**качественное изменение профессиональных компетенций, необходимых в процессе профессиональной деятельности специалиста по физической культуре, по

адаптивной физической культуре, формирование у слушателей необходимого объема знаний, методических и практических умений и навыков по лечебной физической культуре и массажу.

**Категория слушателей:**лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

**Форма обучения:**очная, очно-заочная

**Режим занятий:**7-8 дней по 4-8 часов

**Требования к результатам обучения:**

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

- историю развития ЛФК и массажа, физиологические механизмы действия физических упражнений и массажа на организм, показания и противопоказания к массажу, гигиенические основы массажа, классификацию физических упражнений и особенности их использования в зависимости от нозологии.

Уметь:

- составлять и проводить процедуру лечебной гимнастики в зависимости от функционального состояния человека, проводить процедуру общего и локального массажа, проводить оценку эффективности реабилитационного процесса.

Владеть:

- приемами общего и частного массажа, навыками составления комплексов физических упражнений и комплексов восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

**Учебно-тематический план программы:**

В программу обучения включены следующие модули и темы:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модулей, тем | Всего | В том числе |
|  |  | час. | лекции | практ. | самост. |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
|  | **Модуль 1. Основы массажа** | **26** | ***2*** | ***4*** | ***20*** |
| 1.1 | Тема 1.1. Понятие о массаже. Краткие анатомические особенности мышц туловища и конечностей. | 12 | 2 |  | 10 |
| 1.2 | Тема 1.2. Биомеханическая характеристика массажных приемов | 6 | - | 2 | 4 |
| 1.3 | Тема 1.3. Массаж частей тела | 8 | - | 2 | 6 |
|  | **Модуль2. Основы спортивного массажа** | **14** | **2** | **2** | **10** |
| 2.1 | Тема 2.1. Тренировочный, предварительный, восстановительный массаж | 8 | 2 |  | 6 |
| 2.4 | Тема 2. 2 Технологии массажа в сочетании с другими средствами восстановления | 6 |  | 2 | 4 |
|  | **Модуль 3. Основы ЛФК** | **30** | **6** | **4** | **20** |
| 3.1 | Тема 3.1. Организационно-методические основы ЛФК | 6 | 2 |  | 4 |
| 3.2 | Тема 3.2. Характеристика и методика применения средств ЛФК. | 8 | 2 | 2 | 4 |
| 3.3 | Тема 3.3. Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. | 16 | 2 | 2 | 12 |
|  | **Итоговая аттестация** |
|  | **Итого** | **72** | **10** | **10** | **50** |

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).