

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Массаж

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: Очная

Разработчики:

канд. мед. наук, доцент Елаева Е. Е.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 19.04.2019 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

1. Цель изучения дисциплины – подготовка студента к профессиональной деятельности, к грамотному применению массажа в спортивной практике, а также для коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья.

Задачи дисциплины:

- формирование системы медико-биологических понятий, необходимой для более глубокого понимания особенностей различной патологии;
- освоение студентами общих правил выполнения процедур массажа;
- освоение основных массажных приемов;
- формирование знаний о способах укрепления собственного здоровья, поддержания физической активности и работоспособности;
- формирование знаний о способах и методах восстановления организма, комплексного и гармоничного развития физических возможностей, улучшения психоэмоционального состояния;
- профессиональное самоопределение и формирование мотивации к трудовой деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.05.15 «Массаж» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 7, 8 семестрах.

Для изучения дисциплины требуется: использование знаний, умений, навыков, способов деятельности и установки, полученных и сформированных в ходе изучения школьных курсов «Биология», «Основы безопасности жизнедеятельности», "Физическая культура", где рассматривались вопросы:

- здоровье и факторы, его определяющие;
- медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни;
- совместная деятельность школы и семьи в формировании здорового образа жизни учащихся и в профилактике заболеваний;
- основы патологии;
- основы построения урока физической культуры.

Изучению дисциплины «Массаж» предшествует освоение дисциплин:

Анатомия человека;

Биохимия человека;

Физиология человека;

Фармакология в спорте;

Основы медицинских знаний;

Спортивная морфология;

Спортивная физиология

Освоение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин:

Физиология физического воспитания;

Биомеханика двигательных действий.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Массаж», включает: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований); 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовиться обучающийся, определены учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК-6.1. Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.	знать: - анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - показания и противопоказания к массажу; уметь: - использовать накопленные в области физической культуры и спорта знания для стремления к здоровому образу жизни, навыкам профилактики и контроля состояния своего организма в процессе занятий спортом, потребности в регулярных физкультурнооздоровительных занятиях; - определять состояния организма, требующие применения процедуры массажа; владеть: - умениями и навыками применения массажных приемов для восстановления работоспособности или поддержания нормальной жизнедеятельности в ходе занятий физической культурой и спортом.
	ОПК-6.2. Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.	
	ОПК-6.3. Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки		
ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки	ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии	знать: - классификацию и физиологическую сущность массажа; - основные приемы массажа; - технику различных видов массажа в зависимости от индивидуальных особенностей организма; уметь: - выполнить самомассаж; - проводить сеанс массажа; владеть: - приемами и техникой массажа отдельных частей тела в зависимости от индивидуальных особенностей организма.
	ПК 2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	
	ПК 2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки	

1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Седьмой семестр	Восьмой семестр
Контактная работа (всего)	72	36	36
Лекции	24	12	12
Практические	48	24	24
Самостоятельная работа (всего)	54	36	18
Виды промежуточной аттестации	18		18
Экзамен	18		18
Общая трудоемкость часы	144	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	2	2

2. Содержание дисциплины

2.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Физиологическое влияние массажа на органы и системы человека:

История развития массажа. Виды и формы массажа. Общий и местный массаж. Гигиенические требования к помещению, к массируемому и массажисту.

Модуль 2. Частные методики применения массажа при патологии внутренних органов:

Физиологическое влияние массажа на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Особенности влияния массажа на опорно-двигательный аппарат. Физиологическое влияние массажа на нервную систему. Физиологическое влияние массажа на пищеварительную систему и обмен веществ.

Модуль 3. Частные методики массажа в ортопедии:

Применение массажа при дефектах осанки и плоскостопии. Массаж при заболеваниях позвоночника, при сколиозе. Массаж при травмах позвоночника без поражения спинного мозга. Массаж при заболеваниях суставов.

Модуль 4. Частные методики массажа в травматологии:

Показания и противопоказания к массажу при заболеваниях и травмах органов опоры и движения. Методика выполнения массажа при остеохондрозе и радикулите, переломах, ушибах, растяжениях, ожогах и отморожениях.

22. Содержание дисциплины: Лекции (24 ч.)

Модуль 1. Физиологическое влияние массажа на функции организма. Виды и формы лечебного массажа (6 ч.)

Тема 1. Введение в массаж (2 ч.)

Введение. История возникновения и развития массажа в России и за рубежом. Анатомо-физиологические особенности применения массажа.

Тема 2. Физиологическое влияние массажа на органы и системы человека (2 ч.)

Физиологическое действие массажа на организм человека. Техника массажа в зависимости от анатомо-физиологических особенностей массируемого участка тела. Физиологические эффекты, вызываемые массажем в организме. Рефлекторное влияние массажа на отдельные органы и системы организма.

Тема 3. Лечебный массаж (2 ч.)

Показания и противопоказания к применению массажа. Техника выполнения поглаживания, растирания, разминания, вибрационных приемов верхних и нижних конечностей. Техника выполнения массажа спины. Техника выполнения массажа груди и живота. Техника массажа головы. Особенности проведения спортивного массажа и самомассажа.

Модуль 2. Частные методики применения массажа при патологии внутренних органов (6 ч.)

Тема 4. Механизмы лечебного действия и принципы применения массажа при заболеваниях органов дыхания (2 ч.)

Анатомо-морфологические особенности органов дыхания в зависимости от возраста. Этиопатогенез и основные проявления заболеваний дыхательного аппарата. Механизм лечебного действия массажа при патологии органов дыхания. Методика массажа при хронических формах заболеваний данной системы.

Тема 5. Массаж при травмах и заболеваниях нервной системы (2 ч.)

Характеристика двигательных и чувствительных нарушений при травмах и заболеваниях различных структур нервной системы. Задачи массажа при вялых и спастических параличах. Заболевания и травмы головного, спинного мозга, периферических нервов; методика массажа при них.

Тема 6. Механизмы лечебного действия и принципы применения массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (2 ч.)

Массаж в системе реабилитации больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Роль сердечно-сосудистой патологии в заболеваемости, инвалидизации и смертности населения. Краткая характеристика основных заболеваний сердца и сосудов: атеросклероза, гипертонической и гипотонической болезни, ишемической болезни и ее осложнений, вегето-сосудистой дистонии.

Механизмы лечебного действия и методика применения массажа при данных заболеваниях.

Модуль 3. Частные методики массажа в ортопедии (6 ч.)

Тема 7. Массаж в ортопедии (2 ч.)

Показания и противопоказания к массажу в ортопедии. Особенности назначения массажа при нарушениях опорно-локомоторной функции.

Тема 8. Массаж при сколиозе (2 ч.)

Сколиозы: этиология, формы, степени, диагностика. Изменения во внутренних органах и нервно-мышечной системе при сколиозах. Особенности массажа при сколиозах в зависимости от степени.

Тема 9. Особенности массажа при плоскостопии (2 ч.)

Характеристика различных видов плоскостопия. Теоретическое обоснование использования массажа для коррекции плоскостопия.

Модуль 4. Частные методики массажа в травматологии (6 ч.)

Тема 10. Массаж при травмах нижних конечностей (2 ч.)

Частные методики массажа при переломах костей:

- пояса нижних конечностей;
- свободных нижних конечностей.

Методика массажа при травматических повреждениях суставов нижних конечностей.

Тема 11. Массаж при травмах костей верхних конечностей (2 ч.)

Частные методики массажа при переломах костей:

- пояса верхних конечностей;
- свободных верхних конечностей.

Методика массажа при травматических повреждениях суставов верхних конечностей.

Тема 12. Массаж при травмах позвоночника (2 ч.)

Частные методики массажа при переломах позвонков шейного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга. Особенности реабилитации больных после травм шейного отдела позвоночного столба. Частные методики массажа при переломах позвонков грудного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга. Особенности реабилитации больных после травм грудного отдела позвоночного столба. Частные методики массажа при переломах позвонков поясничного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга. Особенности реабилитации больных после травм поясничного отдела позвоночного столба.

2.2. Содержание дисциплины: Практические (48 ч.)

Модуль 1. Физиологическое влияние массажа на органы и системы человека: (12 ч.)

Тема 1. Освоение различных видов массажа, методов дозировки (4 ч.)

Анатомо-физиологические особенности проведения массажа.

Основные приемы массажа и их разновидности.

Гигиеническое обеспечение процедуры массажа.

Тема 2. Общие основы массажа. Виды массажа (4 ч.)

Физиологическое действие массажа на организм человека.

Основные приемы массажа и их разновидности.

Техника массажа в зависимости от анатомо-физиологических особенностей массируемого участка тела.

Гигиеническое обеспечение процедуры массажа.

Показания и противопоказания к применению массажа. Техника массажа отдельных частей тела.

Тема 3. Виды массажа (4 ч.)

Техника отдельных массажных приемов различных видов массажа.

Виды массажа: гигиенический, лечебный, спортивный, периостальный, перкуссионный, сегментарно-рефлекторный, баночный, криомассаж, косметический, реанимационный, аппаратный, самомассаж.

Модуль 2. Частные методики массажа при патологии внутренних органов (12 ч.)

Тема 5. Механизмы лечебного действия и принципы применения массажа при заболеваниях органов дыхания (2 ч.)

Физиологические основы вдоха и выдоха.

Основные симптомы поражения дыхательного аппарата.

Лечебно-восстановительное влияние массажа на организм при заболеваниях органов дыхания.

Применение различных форм массажа при пневмонии с учетом щадящего,

функционального и тренирующего периодов курса реабилитации.

Массаж при хроническом бронхите в зависимости от стадии заболевания.

Особенности использования массажа при плевритах различной этиологии.

Массаж при бронхиальной астме.

Тема 6. Ознакомление и начальное освоение процедур массажа у больных с патологией пищеварительных органов и нарушением обмена веществ (2 ч.)

Методические особенности проведения массажа при гастритах с повышенной и пониженной секреторной способностью.

Массаж при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Особенности процедуры массажа при висцероптозе.

Основы массажа при гипомоторике кишечника.

Отличительные особенности массажа при гипермоторной и гипомоторной дискинезии желчных путей.

Основные аспекты массажа при холециститах и желчекаменной болезни.

Механизм лечебного действия массажа при сахарном диабете.

Массаж при ожирении в зависимости от степени.

Особенности проведения массажа при подагре.

Тема 7. Массаж при заболеваниях ЦНС (4 ч.)

Анатомо-физиологические особенности строения центральной нервной системы.

Характеристика двигательных и чувствительных расстройств при неврологической патологии.

Механизмы лечебного действия массажа при заболеваниях и травмах центральной нервной системы.

Общие основы методики проведения массажа при двигательных и чувствительных расстройствах.

Основы массажа при поражении спинного мозга в зависимости от характера параличей. Лечение положением.

Значение массажа при лечении детей с детскими церебральными параличами.

Тема 8. Массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (2 ч.)

Анатомо-физиологические особенности строения периферической нервной системы.

Механизмы лечебного действия массажа при заболеваниях и травмах периферической нервной системы.

Общие основы методики проведения массажа при двигательных и чувствительных расстройствах.

Особенности проведения массажа при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (невриты лучевого, локтевого, срединного, седалищного, бедренного, большеберцового, лицевого нервов).

Методика массажа при радикулитах и полиневритах.

Тема 9. Механизмы лечебного действия и принципы применения массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (2 ч.)

Методика проведения массажа при:

- гипер- и гипотонической болезни,
- ишемической болезни сердца,
- атеросклерозе сосудов отдельных органов,
- врожденных и приобретенных пороках сердца,
- ревматизме у школьников.

Модуль 3. Частные методики массажа в ортопедии (12 ч.)

Тема 10. Массаж в ортопедии (2 ч.)

Методические особенности проведения процедур массажа при ортопедической патологии.

Тема 11. Массаж при заболеваниях позвоночника (2 ч.)

Методика проведения массажа при остеохондрозе шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника.

Тема 12. Применение массажа при сколиозе (2 ч.)

Методика массажа при сколиозах различной степени

Тема 13. Массаж при круглой спине (1 ч.)

Характеристика правильной осанки. Особенности изменения физиологических изгибов позвоночного столба при круглой спине. Особенности применения массажа при круглой спине.

Тема 14. Массаж при плоской спине (1 ч.)

Характеристика плоской спины. Особенности применения массажа при плоской спине.

Тема 15. Массаж при заболеваниях суставов (2 ч.)

Методические особенности применения массажа при заболеваниях суставов различной этиологии.

Тема 16. Массаж при плоскостопии (2 ч.)

Методические особенности проведения массажа при продольном и поперечном плоскостопии.

Модуль 4. Частные методики ЛФК и массажа в травматологии (12 ч.)**Тема 17. Осложнения при травматической болезни (1 ч.)**

Характеристика осложнений после травм в случае неиспользования лечебной физической культуры и массажа.

Тема 18. Массаж при травмах нижних конечностей (2 ч.)

Методика массажа при травмах костей:

- пояса нижних конечностей;
- свободных нижних конечностей.

Методические особенности массажа при травматических повреждениях суставов нижних конечностей.

Тема 19. Массаж при травмах шейного отдела позвоночника (1 ч.)

Методические особенности проведения массажа при переломах позвонков шейного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга.

Тема 20. Массаж при травмах грудного отдела позвоночника (2 ч.)

Методические особенности проведения массажа при переломах позвонков грудного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга.

Тема 21. Массаж при травмах поясничного отдела позвоночника (2 ч.)

Методические особенности проведения массажа при переломах позвонков поясничного отдела позвоночника без повреждения спинного мозга.

Тема 22. Массаж при травмах костей черепа (2 ч.)

Частные методики массажа при переломах костей:

- лицевого черепа;
- мозгового.

Методика массажа при посттравматических осложнениях при травмах костей черепа.

Тема 23. Массаж при травмах костей верхних конечностей (2 ч.)

Частные методики массажа при травмах костей:

- плечевого пояса;
- свободных верхних конечностей.

Методические особенности проведения массажа при травматических повреждениях суставов верхних конечностей.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы****Седьмой семестр (36 ч.)****Модуль 1. Физиологическое влияние массажа на органы и системы человека (16 ч.)**

Подготовка и защита презентаций на темы:

- Виды массажа;
- Суджок-терапия;

- Особенности проведения процедур массажа пожилым людям;
- Частные методики массажа отдельных частей тела;
- Противопоказания к массажу.

Решение ситуационных задач:

1. Больной К., 45 лет, находится на стационарном лечении третьей сутки после оперативного лечения по поводу геморрагического инсульта. Общее состояние удовлетворительное, субъективных жалоб больной не предъявляет. Когда можно приступать к проведению массажа?

2. Больная М., 67 лет, находится на лечении в онкологическом отделении с диагнозом «Рак желудка, III стадия». Показано ли применение массажа в данном случае? Обоснуйте свой ответ.

Модуль 2. Частные методики ЛФК и массажа при патологии внутренних органов (20 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Темы презентаций:

- Этиопатогенез, основные симптомы и синдромы заболеваний сердечно-сосудистой системы.
- Общие основы методики массажа при ишемической болезни сердца.
- Задачи массажа при недостаточности кровообращения 1-2 степени.
- Основы методики массажа при гипертонической болезни в зависимости от ее стадии.
- Врожденные и приобретенные пороки сердца.
- Этиопатогенез и основные проявления заболеваний дыхательного аппарата. Лечебно-восстановительное влияние массажа на организм при заболеваниях органов дыхания.
- Особенности использования массажа при плевритах различной этиологии.
- Массаж при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
- Отличительные особенности массажа при гипермоторной и гипомоторной дискинезии желчных путей.

- Основные аспекты массажа при холециститах и желчекаменной болезни.

Вид СРС: Выполнение индивидуального задания:

- отработать технику массажа при бронхите.
- отработать технику массажа при пневмонии.
- отработать технику массажа при эмфиземе легких.
- отработать технику массажа при бронхиальной астме.
- отработать технику массажа при гастрите с пониженной секреторной способностью.
- отработать технику массажа при хроническом холецистите.
- отработать технику массажа при ожирении у детей школьного возраста.
- отработать технику массажа при гипертонической болезни.
- отработать технику массажа при гипотонической болезни.

Вид СРС: Подготовка к тестированию

Повтор пройденного материала для дальнейшего прохождения тестирования.

Восьмой семестр (18 ч.)

Модуль 3. Частные методики ЛФК и массажа в ортопедии (10 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Темы докладов и рефератов:

- Анатомо-физиологическая характеристика правильной осанки.
- Основные виды дефектов осанки и их формирование при нарушении правильного сочетания и выраженности физиологических изгибов позвоночного столба.
- Классификация и характеристика сколиозов.
- Основы массажа при сколиозе различной степени.
- Характеристика продольного и поперечного плоскостопия.
- Методика массажа при плоскостопии в зависимости от периодов лечебного курса.
- Профилактика плоскостопия у детей.

Вид СРС: Выполнение компетентностно-ориентированных заданий:

- отработать технику массажа при сколиозе у детей.
- отработать технику массажа при дефектах осанки у детей.
- отработать технику массажа при плоскостопии.

Вид СРС: Подготовка к тестированию

Повтор пройденного материала для дальнейшего прохождения тестирования.

Модуль 4. Частные методики ЛФК и массажа в травматологии (8 ч.)

Вид СРС: Решение задач.

Пример ситуационной задачи:

а) Больной С., 35 лет, поступил в стационар с открытым переломом бедра. Какие мероприятия следует проводить в первую очередь и на какие сутки после травмы необходимо начинать массаж?

б) При переломе позвоночного столба в грудном отделе произошло повреждение спинного мозга. Какая продолжительность полной иммобилизации необходима в данном случае и когда можно приступать к массажу?

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Темы докладов и рефератов:

- Виды травм опорно-двигательного аппарата и их осложнения.
- Задачи массажа при травматических повреждениях опорно-двигательного аппарата.
- Особенности проведения массажа при повреждениях плечевого пояса.
- Массаж при диафизарных переломах костей свободной верхней конечности.
- Методика массажа при травмах плечевого сустава.
- Методика массажа при травмах локтевого и лучезапястного суставов.
- Применение массажа при переломах позвонков в зависимости от локализации повреждения.
- Роль массажа в реабилитации больных с травмами свободной нижней конечности.

Вид СРС: Выполнение компетентностно-ориентированных заданий:

Вид СРС: Подготовка к тестированию

Повтор пройденного материала для дальнейшего прохождения тестирования.

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1 Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Психолого-педагогический модуль	ОПК-8
2	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	УК-7, ПК-5
3	Предметно-методический модуль	УК-7; ОПК-8; ПК-5

8.2 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности			

Не понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности	В целом успешно, но бессистемно понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности	В целом успешно, но с отдельными недочетами понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности	В полном объеме понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья			
Не способен отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	В целом успешно, но бессистемно отбирает и формирует комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	В целом успешно, но с отдельными недочетами отбирает и формирует комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Способен в полном объеме отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности			
Не способен демонстрировать применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но бессистемно демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области	Способен в полном объеме демонстрировать применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической

	личности.	физической культуры личности	культуры личности
ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний			
ОПК-8.2 Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса			
Не способен проектировать и осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса	В целом успешно, но бессистемно проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса	Способен в полном объеме проектировать и осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности			
ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.			
Не способен применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	В целом успешно, но бессистемно применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	Способен в полном объеме применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Экзамен	
Повышенный	5 (отлично)	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Хорошо	Студент демонстрирует знание и понимание основного содержания дисциплины. Экзаменуемый знает основные закономерности развития патологических состояний и основные особенности применения при них физических упражнений и массажа с целью коррекции или профилактики различных заболеваний, может составлять комплексы лечебной гимнастики при отдельной патологии; владеет терминологией, однако допускаются одна-две неточности в ответе. Студент дает логически выстроенный, достаточно полный ответ по вопросу.
Неудовлетворительно	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.
Удовлетворительно	Студент имеет представления о процессах, происходящих в организме под влиянием выполнения процедур лечебной гимнастики и массажа; демонстрирует некоторые умения составлять комплексы лечебной физкультуры при отдельных заболеваниях; дает аргументированные ответы на дополнительные вопросы преподавателя и приводить примеры. Допускается несколько ошибок в содержании ответа, при этом ответ отличается недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы.
Отлично	Студент демонстрирует знание и понимание основного содержания дисциплины. Экзаменуемый знает закономерности развития патологических состояний и особенности применения при них физических упражнений и массажа с целью коррекции или профилактики различных заболеваний, может составлять комплексы лечебной гимнастики при отдельной патологии; владеет терминологией. Студент дает логически выстроенный, последовательный ответ, который отличается глубиной и полнотой раскрытия темы. Выводы доказательны.

8.3 Вопросы промежуточной аттестации.

Восьмой семестр (Экзамен, ПК-5.3, ОПК-8.2, УК-7.1, УК-7.3, УК-7.4)

- 1 Охарактеризовать значение массажа в комплексном лечении заболеваний и травм, в реабилитации спортсменов. Краткая история возникновения и развития массажа.
- 2 Проанализировать лечебно-профилактическое действие массажа на организм.
- 3 Дать клинко-физиологическое обоснование массажа. Роль массажа в реабилитации физической работоспособности.
- 4 Проанализировать показания и противопоказания к массажу.
- 5 Проанализировать основные приемы массажа и их разновидности.
- 6 Проанализировать технику массажа в зависимости от анатомо-физиологических особенностей массируемого участка тела.
- 7 Проанализировать показания и противопоказания к применению массажа. Охарактеризовать гигиенические требования к проведению массажа.
- 8 Охарактеризовать особенности техники массажа отдельных частей тела.
- 9 Проанализировать виды массажа: гигиенический, лечебный, спортивный, периостальный, перкуссионный, сегментарно-рефлекторный, баночный, самомассаж, косметический, реанимационный, аппаратный.

- 10 Назвать этиопатогенез, основные симптомы и синдромы заболеваний сердечно-сосудистой системы.
- 11 Охарактеризовать механизмы лечебного действия массажа при сердечно-сосудистой патологии.
- 12 Охарактеризовать общие основы методики массажа при ишемической болезни сердца.
- 13 Проанализировать задачи массажа при недостаточности кровообращения 1–2 степени.
- 14 Назвать основы методики массажа при гипертонической болезни в зависимости от ее стадии.
- 15 Охарактеризовать особенности применения массажа при гипотонической болезни.
- 16 Охарактеризовать врожденные и приобретенные пороки сердца. Назвать особенности применения массажа при них в зависимости от степени компенсации.
- 17 Дать клиническую характеристику, обосновать особенности медикаментозного и хирургического лечения при облитерации сосудов нижних конечностей. Охарактеризовать роль массажа при данной патологии.
- 18 Назвать анатомо-морфологические особенности органов дыхания в зависимости от возраста. Охарактеризовать физиологические основы вдоха и выдоха.
- 19 Проанализировать этиопатогенез и основные проявления заболеваний дыхательного аппарата. Обосновать применение массажа при заболеваниях органов дыхания.
- 20 Проанализировать применение массажа при пневмонии с учетом щадящего, функционального и тренирующего периодов курса реабилитации.
- 21 Проанализировать особенности применения массажа при хроническом бронхите в зависимости от стадии заболевания.
- 22 Перечислить особенности использования массажа при плевритах различной этиологии.
- 23 Охарактеризовать применение массажа при бронхиальной астме.
- 24 Проанализировать механизм лечебного действия массажа при желудочно-кишечной патологии.
- 25 Абсолютные и относительные противопоказания к проведению массажных процедур при данной патологии.
- 26 Перечислить методические особенности проведения массажа при гастритах с повышенной и пониженной секреторной способностью.
- 27 Охарактеризовать особенности применения массажа при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
- 28 Проанализировать основы массажа при гипомоторике кишечника.
- 29 Назвать отличительные особенности массажа при гипермоторной и гипомоторной дискинезии желчных путей.
- 30 Проанализировать основные аспекты массажа при холециститах и желчекаменной болезни.
- 31 Проанализировать механизм лечебного действия массажа при сахарном диабете.
- 32 Охарактеризовать массаж при ожирении в зависимости от степени. Дать характеристику ожирения у детей.
- 33 Дать анатомо-физиологическую характеристику правильной осанки. Перечислить основные виды дефектов осанки и их формирование при нарушении правильного сочетания и выраженности физиологических изгибов позвоночного столба.
- 34 Проанализировать массаж как один из методов коррекции дефектов осанки.
- 35 Дать классификацию сколиозов по патогенетическому, морфологическому признаку, локализации вершины искривления, форме искривления позвоночника.
- 36 Проанализировать основы методики массажа при сколиозе различной степени.
- 37 Дать характеристику продольного и поперечного плоскостопия.
- 38 Проанализировать методику массажа при плоскостопии в зависимости от периодов лечебного курса.
- 39 Назвать особенности профилактики плоскостопия у детей.

- 40 Проанализировать анатомо-физиологические особенности строения периферической и центральной нервной системы.
- 41 Проанализировать механизмы лечебного действия массажа при заболеваниях и травмах периферической и центральной нервной системы.
- 42 Охарактеризовать общие основы методики проведения массажа при двигательных и чувствительных расстройствах.
- 43 Обосновать применение гидроишемотерапии при заболеваниях и травмах нервной системы.
- 44 Проанализировать особенности проведения массажа при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (невриты лучевого, локтевого, срединного, седалищного, бедренного, большеберцового, лицевого нервов).
- 45 Проанализировать методику массажа при радикулитах и полиневритах.
- 46 Проанализировать основы массажа при поражении спинного мозга в зависимости от характера параличей. Охарактеризовать лечение положением.
- 47 Проанализировать значение массажа при лечении детей с детскими церебральными параличами.
- 48 Охарактеризовать виды травм опорно-двигательного аппарата и их осложнения.
- 49 Проанализировать задачи массажа при травматических повреждениях опорно-двигательного аппарата.
- 50 Охарактеризовать особенности проведения массажа и занятий лечебной гимнастикой при повреждениях плечевого пояса.
- 51 Обосновать особенности применения массажа при диафизарных переломах костей свободной верхней конечности.
- 52 Охарактеризовать методику массажа при травмах плечевого, локтевого и лучезапястного суставов.
- 53 Проанализировать особенности применения массажа при переломах позвонков в зависимости от локализации повреждения.
- 54 Охарактеризовать роль массажа в реабилитации больных с травмами свободной нижней конечности.
- 55 Отработать технику массажа при бронхите.
- 56 Отработать технику массажа при пневмонии.
- 57 Отработать технику массажа при пневмонии и плеврите.
- 58 Отработать технику массажа при эмфиземе легких.
- 59 Отработать технику массажа при бронхиальной астме.
- 60 Отработать технику массажа при гастрите с пониженной секреторной способностью.
- 61 Отработать технику массажа при гастрите с повышенной секреторной способностью.
- 62 Отработать технику массажа при хроническом холецистите.
- 63 Отработать технику массажа при ожирении.
- 64 Отработать технику массажа при гипертонической болезни.
- 65 Отработать технику массажа при гипотонической болезни.
- 66 Отработать технику массажа при инфаркте миокарда /свободный режим/.
- 67 Отработать технику массажа при диафизарном переломе голени.
- 68 Отработать технику массажа при диафизарном переломе бедра.
- 69 Отработать технику массажа при диафизарном переломе плеча.
- 70 Отработать технику массажа при диафизарном переломе предплечья.
- 71 Отработать технику массажа при ревматоидном артрите.
- 72 Отработать технику массажа при сколиозе у детей.
- 73 Отработать технику массажа при дефектах осанки у детей.
- 74 Отработать технику массажа при плоскостопии.

8.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы *Основная литература*

1. Елаева, Е. Е. Лечебная физическая культура и массаж [Текст] : программа и метод. рек. / Е. Е. Елаева ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2014. - 78 с.

2. Марченко, О. К. Основы физической реабилитации [Текст] : учеб. для студентов вузов / О. К. Марченко. - К. : Олимп. лит., 2012. - 527 с.

3. Медицинское обеспечение детей в образовательных учреждениях [Текст] : учеб. пособие / Т. А. Канцурова [и др.] ; под общ. ред. Л. В. Димитровой, В. М. Двуреченской. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - 439 с.

4. Сапего, А.В. Физическая реабилитация : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 210 с. – Режим доступа: // biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925

5. Спортивная медицина: Справочник для врачей и тренеров [Электронный ресурс] / Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный Центр развития легкой атлетики ИААФ ; Перевод с английского языка А. Гнетова, Л. Потанич и др. - М. : Человек, 2013. - 328 с. – Режим доступа: // biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298272

Дополнительная литература

1. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924> (дата обращения: 27.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1589-5. – Текст : электронный.

2.Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. – Москва : Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372> (дата обращения: 27.09.2019). – Библиогр.: с. 241-246. – ISBN 978-5-906839-23-7. – Текст электронный.

3. Спатаева, М.Х. Лечебная физическая культура в неврологии : в 2 ч. : [16+] / М.Х. Спатаева ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2017. – Ч. 1. Теоретические аспекты двигательной деятельности в условиях неврологической патологии. – 256 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563141> (дата обращения:

27.09.2019). – ISBN 978-5-7779-2070-6. - ISBN 978-5-7779-2071-3 (ч. 1). – Текст : электронный.

4. Глазина, Т.А. Лечебная физическая культура: практикум для студентов специальной медицинской группы / Т.А. Глазина, М.И. Кабышева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет». – Оренбург : ОГУ, 2017. – 125 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – UR <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485284> (дата обращения: 27.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7410-1776-0. – Текст : электронный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://pedagogy.ru/> - Сайт по педагогике для студентов
2. <http://pedlib.ru> - Педагогическая библиотека
3. <http://scholar.urfu.ac.ru/courses/Technology/index.html> Новые педагогические технологии

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;
- изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета/экзамена, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;
- повторите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;
- проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.2 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiihbv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Лаборатория анатомии, физиологии и гигиены человека.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, клавиатура, сетевой фильтр, проектор, крепление); интерактивная доска Elite.

Лабораторное оборудование: весы медицинские напольные РП-150МГ; прибор механический для измерения артериального давления МТ 10; прибор механический для измерения артериального давления МТ 20 3; спирометр.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.