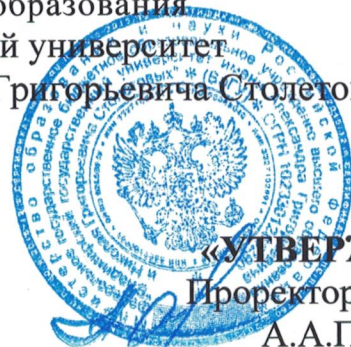


Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по УМР

А.А.Панфилов

« 30 » 01 2015г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физическая культура и массаж

**Направление подготовки:** 49.03.01 «Физическая культура»

**Профиль/программа подготовки** спортивный менеджмент

**Уровень высшего образования:** бакалавриат

**Форма обучения:** заочная

Семестр	Трудоемкость зач. ед, час.	Лек- ции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работ, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
7	3 ЗЕТ/108	8	8	-	92	зачет
8	3 ЗЕТ/108	8	8	-	65	Экзамен - 27
<b>Итого</b>	<b>6 ЗЕТ/216</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>157</b>	<b>Зачет, экзамен - 27</b>

Владимир 2015

## **1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целью обучения студентов является формирование систематизированных знаний в области лечебной физической культуры и массажа, направленного использования разнообразных средств лечебной физической культуры и массажа для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи курса**

- понимание социальной значимости ЛФК и массажа, их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ лечебной физической культуры и массажа;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к лечебной физической культуре и массажу, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков для использования средств ЛФК и массажа, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования средств ЛФК и массажа в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Учебная дисциплина "Лечебная физическая культура и массаж" относится к базовой части блока 1.

Для освоения дисциплины используются умения и знания, сформировавшиеся в процессе изучения следующих дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биохимия человека», «Биомеханика двигательной деятельности».

## **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен владеть следующими компетенциями (ОПК-7):

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

В результате изучения студент должен:

**знать** основные проявления различных патологических состояний, показания и противопоказания к применению ЛФК и массажа; основы методики

ЛФК и массажа и особенности методики при наиболее распространенных заболеваниях и повреждениях, требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, виды травматизма, правила оказания первой медицинской помощи (ОПК-7);

**уметь** определять задания ЛФК и массажа на тот или иной период заболевания и составить его комплекс, соблюдать требования безопасности, санитарных и гигиенических норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую медицинскую помощь (ОПК-7);

**владеть** знаниями об использовании приемов ЛФК и массажа в лечебно-профилактических целях при различных заболеваниях и повреждениях, санитарно-гигиеническими правилами и нормами, правилами оказания первой медицинской помощи при различных травмах (ОПК-7).

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6зач. ед., 216час.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с примене нием интерактив ных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваем ости ( <i>по неделям сем-тра</i> ), форма промежу точной аттеста ции ( <i>по сем-м</i> )
			Неделя семестра	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС		
1	Введение. Общие основы лечебной физической культуры и массажа.	7		1	1			20		
2	Лечебная физическая культура и массаж при травмах опорно-двигательного аппарата	7		2	2			20	2/50%	
3	Общая методика и техника массажа	7		2	2			20		
4	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания и ССС	7		2	2			20		
5	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов пищеварения и расстройствах обмена	7		1	1			12	2/100%	
	<b>Всего за 7 семестр:</b>	7		<b>8</b>	<b>8</b>			<b>92</b>	<b>4/25</b>	<b>зачет</b>

6	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	8	1	1		12	2/100%	
7	Лечебная физическая культура и массаж при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	8	2	2		12		
8	Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях суставов	8	2	2		12	2/50%	
9	Частные методики и техники массажа отдельных частей тела	8	2	2		12		
10	Лечебная физическая культура и массаж в специальных медицинских группах и у лиц старшего и пожилого возраста	8	1	1		17		
<b>Всего за 8 семестр:</b>		<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		<b>65</b>	<b>4/25</b>	<b>Экзамен-27</b>
<b>Итого</b>		<b>7-8</b>	<b>16</b>	<b>16</b>		<b>157</b>	<b>8/25%</b>	<b>Зачет, экзамен</b>

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Изучение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» предполагает не только запоминание и понимание, но и анализ с формированием универсального умения и навыка, являющихся основой становления специалиста. Необходима строгость и стройность умозаключений, чтобы воспитать культуру мышления. Учебный процесс по дисциплине «ЛФК и массаж» осуществляется с использованием мультимедийной техники, стендов, аппаратуры, активных и интерактивных образовательных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций и др.) с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. При реализации лекционного применяются как информационно-рецептивный и репродуктивный методы обучения, так и метод проблемного изложения материала, разбор конкретных ситуаций, возникающих в ходе учебно-воспитательной работы.

## 6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

### Вопросы к зачету (7 семестр)

1. Благодаря кому и когда массаж был включен в учебную программу студентов институтов физической культуры?

2. В чем видится целесообразность индивидуального контроля за результатами двигательной подготовленности при занятиях ЛФК (составить личный план индивидуального контроля).
3. В чем заключаются особенности построения и содержания самостоятельных занятий по ЛФК.
4. В чем различие между скоростными и силовыми качествами человека, с помощью каких упражнений ЛФК можно их развить?
5. Влияет ли массаж на кровяное давление?
6. Возникновение и развитие классического массажа.
7. Действие ЛФК и массажа при детском церебральном параличе.
8. Действие ЛФК при анемии.
9. Значение ЛФК и массажа при заболевании почек и мочевыводящих путей.
10. Значение правильной осанки в жизнедеятельности человека. Ее формирование (выполнить несколько упражнений на формирование правильной осанки).
11. История ЛФК и массажа.
12. Какие задачи решает режим дня и что необходимо учитывать при его планировании?
13. Какие приемы массажа применяются на коже.
14. Какие приемы самоконтроля при занятиях ЛФК вам известны? Расскажите об одном из них и выполните (ортостатическую или функциональную пробу или антропометрические измерения).
15. Какие признаки различной степени утомления вы знаете и что надо делать при их появлении?
16. Какие рефлекторные реакции возникают при массаже.
17. Каким образом могут повлиять занятия физическими упражнениями (на уроках и самостоятельные) на развитие телосложения.
18. Какова последовательность сочетания электропроцедур с массажем?
19. Какова роль биохимических законов в проведении массажа? Когда массаж противопоказан.
20. Какова роль движения в сочетании с другими приемами массажа? Назовите последовательность применяемых приемов массажа.
21. Какова роль массажа в восстановлении работоспособности суставов?
22. Каково влияние массажа в сочетании с тепловыми процедурами на обмен веществ после выполнения физических упражнений.
23. Каково влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.? Перечислите применяемые приемы.
24. Каково влияние массажа на спортивное мастерство?
25. Каково влияние массажа на химические процессы в мышцах?
26. Каково влияние массажа при затвердениях или атрофии мышц? Приведите пример из спортивной и лечебной практики

27. Каковы гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажной? Размеры массажного кабинета на одного человека, общей массажной.
28. Какое влияние оказывает массаж на функцию дыхания.
29. Какое влияние оказывают занятия ЛФК на вредные привычки (наркоманию, алкоголизм, курение)?
30. Какое место занимает спортивный массаж в системе физического воспитания в спорте?
31. Лечебная физкультура в системе реабилитации больных с профессиональными заболеваниями.
32. ЛФК в хирургии.
33. ЛФК и массаж при переломе бедренной кости.
34. ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ.
35. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
36. Назовите смазывающие вещества и с какой целью они применяются.
37. Основные причины травматизма во время занятий физической культурой.
38. Основные формы занятий ЛФК и массажа. Более подробно рассказать об одной из форм занятий (на личном примере).
39. От чего зависит гибкость тела человека, какие упражнения рекомендуются для развития гибкости?
40. Охарактеризовать основные профилактические мероприятия по предупреждению травматизма во время занятий ЛФК и массажа (место занятий, гигиена тела и одежды, подбор инвентаря и контроль за физической нагрузкой).
41. Почему необходимо отслеживать физическую нагрузку во время самостоятельных занятий ЛФК (Написать для себя план одного занятия, указав примерные нагрузки.)
42. Правила безопасности перед занятиями по ЛФК.
43. Правила выполнения утренней гимнастики (составить комплекс упражнений утренней гимнастики).
44. Причина и клиника заболеваний сердечно-сосудистой системы, особенности ЛФК и массажа при этих заболеваниях.
45. Раскройте механизм воздействия физкультминуток на динамику общей работоспособности человека в течение дня (выполнить комплекс упражнений физкультминутки).
46. Раскройте особенности организации и проведения индивидуальных закаливающих процедур (расскажите, как делаете это вы).
47. Раскройте понятие «физиологический механизм массажа».
48. Раскройте понятие «механизм массажа».
49. Роль массажа в учебной практике.
50. Роль наших соотечественников в развитии пропаганде массажа.

51. Сколиозы. Степень, причины, методика ЛФК.
52. Способы дозировки лечебных упражнений в ЛФК.
53. Требования безопасности перед началом и во время занятий ЛФК в тренажерном зале.
54. Требования, предъявляемые к одежде и обуви, предназначенной для занятий физической культурой и спортом.
55. Чем характеризуется восстановление работоспособности мышц под влиянием массажа?
56. Что такое здоровый образ жизни и как вы его реализуете?

### **Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы (7 семестр)**

Дайте понятие о ЛФК и её средствах.

2. Назовите формы ЛФК и охарактеризуйте их.
3. Дайте определение понятия «реабилитация», место ЛФК и массажа в реабилитации.
4. Классификация и характеристика физических упражнений в ЛФК.
5. Методика лечебного применения физических упражнений в ЛФК.
6. Способы дозировки физических упражнений в ЛФК.
7. Градация интенсивности физических упражнений в ЛФК.
8. Лечебная, тонизирующая (поддерживающая) и тренирующая дозировка в ЛФК.
9. Методы врачебно-педагогической оценки воздействия физических нагрузок и эффективности проведения курсов ЛФК и массажа.
10. Периоды лечебного применения физических упражнений и массажа.
11. Организация ЛФК и массажа в лечебно-профилактических учреждениях.
12. Охарактеризуйте виды двигательных режимов в лечебно-профилактических учреждениях.
13. Расскажите об истории применения физических упражнений и массажа с лечебной целью в глубокой древности и до 18 века.
14. История интереса к лечебному использованию физических упражнений и массажа в России.
15. Механизм лечебного воздействия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций.
16. Основная симптоматология при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, применение ЛФК и массажа.
17. Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
18. Основы методики ЛФК и массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

19. Понятие о ревматизме и пороках сердца. Задачи и методика ЛФК и массажа в зависимости от степени недостаточности кровообращения при пороках сердца.
20. Задачи и методика ЛФК и массажа при гипертонической болезни.
21. Основные проявления заболеваний органов дыхания и механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при них.
22. Понятие о бронхиальной астме. Задачи и методика ЛФК и массажа, специальные упражнения.
23. Понятие об эмфиземе лёгких. Задачи и методика ЛФК и массажа с учётом стадии болезни, специальные упражнения.
24. Понятие о пневмонии. Задачи и методика ЛФК и массажа, специальные упражнения.
25. Охарактеризуйте основные заболевания органов пищеварения, механизм лечебного действия физических упражнений при них и основы методики ЛФК и массажа.
26. Понятие о холецистите и желчнокаменной болезни. Задачи и методики ЛФК и массажа по периодам заболевания.
27. Понятие о сахарном диабете. Задачи и методика ЛФК и массажа.
28. Понятие о полостных операциях на грудной клетке. Задачи и методика ЛФК и массажа.
29. Охарактеризуйте травмы опорно-двигательного аппарата, их основные клинические проявления и осложнения. Дайте определение понятию «травматическая болезнь». Методика ЛФК и массажа.
30. Дайте характеристику периодов занятий ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и задачи, которые при них решаются.

#### **Тематика рефератов (7 семестр)**

1. ЛФК и массаж при гипертонической болезни.
2. ЛФК и массаж при инфаркте миокарда.
3. ЛФК и массаж при бронхиальной астме.
4. ЛФК и массаж при пневмонии.
5. ЛФК и массаж при плеврите.
6. ЛФК и массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
7. ЛФК и массаж при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
8. ЛФК и массаж при травме верхних конечностей.
9. ЛФК и массаж при травме нижних конечностей.
10. ЛФК и массаж при нарушениях осанки и плоскостопий у детей.
11. ЛФК и массаж при сколиозе 1 степени.
12. ЛФК и массаж при церебро-васкулярной патологии (1 этап реабилитации)
13. ЛФК и массаж при спинно-мозговой травме.
14. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях периферической нервной системы.



## Вопросы к экзамену по лечебной физической культуре и массажу (8 семестр)

1. Активные и пассивные упражнения.
2. Анатомо-физиологические основы массажа.
3. В чем заключается поддержание репродуктивной функции человека средствами физической культуры?
4. Вибрация (рекомендации при выполнении массажных приемов, техника выполнения, виды, методические указания)
5. Виды классического массажа.
6. Виды массажа.
7. Виды спортивного массажа.
8. Влияние ЛФК и массажа на ЦНС и нервно-мышечный аппарат.
9. Влияние массажа на кожу.
10. Влияние массажа на крово- и лимфоток.
11. Влияние массажа на функции внешнего дыхания, газообмен, метаболизм, гомеостаз и функцию выделения.
12. Гигиенические основы массажа.
13. Гигиенические требования к массажисту.
14. Действия и основные приемы вибрации.
15. Детский церебральный паралич. Характеристика. Причина заболевания. Методика ЛФК и массажа.
16. Значение ЛФК и массажа в комплексном лечении заболеваний и травм.
17. Какие профилактические меры надо соблюдать для предупреждения развития плоскостопия (обувь; общеразвивающие, корригирующие и специальные упражнения)? Рассказать (при возможности показать) несколько упражнений.
18. Какое влияние оказывают занятия физической культурой на вредные привычки (наркоманию, алкоголизм, курение).
19. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия ЛФК.
20. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений.
21. Лечебная физкультура при повреждении мягких тканей.
22. ЛФК в среднем и пожилом возрасте.
23. ЛФК и массаж при детских заболеваниях.
24. ЛФК и массаж при заболеваниях и повреждениях костей, надкостницы, суставов.
25. ЛФК и массаж при заболеваниях и повреждениях мышц,
26. ЛФК и массаж при невралгии межреберных мышц, неврите лицевого нерва.
27. ЛФК и массаж при остеохондрозе позвоночника, поясничном радикулите.
28. ЛФК и массаж при переломах.

29. ЛФК и массаж при перетренированности, утомлении.
30. Массаж верхних и нижних конечностей.
31. Массаж головы.
32. Массаж и ЛФК при переломе бедренной кости.
33. Массаж туловища.
34. Массаж шейного отдела.
35. Методика лечебной физкультуры при травмах спинного мозга.
36. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания.
37. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
38. Механизм лечебного действия и принципы методики ЛФК при различных степенях ожирения.
39. Общее понятие о массаже.
40. Осмотр массируемой области пациента.
41. Основы организации лечебной физкультуры.
42. Основы приема массажа. Поглаживание (рекомендации при выполнении массажных приемов, техника выполнения, виды, методические указания).
43. Охарактеризовать основные профилактические мероприятия по предупреждению травматизма во время занятий физическими упражнениями (место занятий, гигиена тела и одежды, подбор инвентаря и контроль за физической нагрузкой).
44. Подготовительный массаж.
45. Правила выполнения утренней гимнастики (составить комплекс упражнений утренней гимнастики).
46. Превентивный массаж.
47. Противопоказания к применению ЛФК и массажа.
48. Разминание (рекомендации при выполнении массажных приемов, техника выполнения, виды, методические указания)
49. Растирание (рекомендации при выполнении массажных приемов, техника выполнения, виды, методические указания)
50. Реабилитационный массаж.
51. Репаративный массаж.
52. Самомассаж.
53. Симптомы и виды заболеваний органов дыхания. Методика ЛФК и массажа.
54. Сколиозы. Степень, причины, методика массажа и ЛФК.
55. Смазывающие вещества и присыпки применяемые в массаже.
56. Требования, предъявляемые к одежде и обуви, предназначенной для занятий физической культурой и спортом.
57. Формы занятий ЛФК.
58. Что необходимо делать, чтобы не страдать избыточной массой тела? (Составить комплекс специальных упражнений).

## **Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы 8 семестр**

1. Переломы шейки бедра. Задачи и методика ЛФК и массажа по периодам.
2. Понятие о правильной осанке и её нарушениях. Методика ЛФК и массажа при различных нарушениях осанки, роль физических упражнений в профилактике нарушений осанки.
3. Понятие о сколиозах и сколиотической болезни. Виды сколиозов и их степени. Методика занятий ЛФК в зависимости от степени сколиоза. Применение групп физических упражнений (симметрия, асимметрия, детерсионные и др.) и массажа.
4. Понятие о плоскостопии (продольном и поперечном) и его определение. Задачи и методика ЛФК и массажа, специальные упражнения.
5. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и методика ЛФК и массажа при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
6. Понятие о заболеваниях и травмах головного мозга. Общие основные методики ЛФК и массажа по периодам.
7. Особенности ЛФК и массажа при спастических параличах и парезах.
8. Общие основы методики занятий физическими упражнениями для лиц среднего и пожилого возраста.
9. Понятие о специальных медицинских группах. Задачи ЛФК и массажа в них.
10. Возникновение и развитие классического массажа.
11. Роль наших соотечественников в развитии пропаганды ЛФК и массажа.
12. Благодаря кому и когда ЛФК и массаж были включены в учебную программу студентов институтов физической культуры.
13. Какое место занимает спортивный массаж в системе физического воспитания в спорте.
14. Роль ЛФК и массажа в учебной практике.
15. Раскройте понятия «механизм массажа».
16. Раскройте понятия «физиологический механизм массажа».
17. Какие рефлекторные реакции возникают при массаже.
18. Какие приемы массажа применяются на коже.
19. Каково влияние массажа на ЦНС и отчего это влияние зависит.
20. Каково влияние массажа на химические процессы в мышцах.
21. Чем характеризуется восстановление работоспособности мышц под влиянием массажа.
22. Каково влияние ЛФК и массажа при затвердениях или атрофии мышц? Приведите пример из спортивной и лечебной практики.

23. Каково влияние ЛФК и массажа на спортивное мастерство.
24. Какова роль движения в сочетании с другими приемами массажа? Назовите последовательность применяемых приемов массажа.
25. Какова роль ЛФК и массажа в восстановлении работоспособности суставов.
26. Каково влияние ЛФК и массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.? Перечислите применяемые приемы.
27. Какова последовательность сочетания электропроцедур с массажем.
28. Влияют ли ЛФК и массаж на артериальное кровяное давление.
29. Как влияет массаж на работу сердца? Массируется ли лимфатический узел? Каково влияние массажа на мочеотделение? Как влияет массаж на молочную кислоту.
30. Каково влияние массажа в сочетании с тепловыми процедурами на обмен веществ после выполнения физических упражнений.
31. Какое влияние оказывают ЛФК и массаж на функцию дыхания.
32. Каковы гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажной? Размеры массажного кабинета на одного человека, общей массажной.
33. Какова роль биохимических законов в проведении массажа? Когда массаж противопоказан.
34. Назовите смазывающие вещества и расскажите, с какой целью они применяются в массаже.

#### **Тематика рефератов (8 семестр)**

1. История массажа.
2. Анатомические основы массажа.
3. Общие физиологические основы массажа
4. Правила и гигиенические основы массажа
5. Общая методика и техника массажа
6. Основные и вспомогательные приемы массажа
7. Характеристика массажных движений.
8. Частные методики и техника массажа отдельных частей тела
9. Спортивный массаж
10. Массаж в детской практике
11. Самомассаж.
12. Показания и противопоказания к массажу
13. Общие основы лечебного массажа.

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература (Библиотека ВлГУ)

1. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426456.html>
2. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] / Епифанов В.А. и др. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970430842.html>
3. Ерёмушкин, М.А. Медицинский массаж. Базовый курс: классическая техника массажа [электронный ресурс]: учеб. пособие/ М.А. Ерёмушкин-М.: ГЭОТАР-Медиа,2014. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970430415.html>
4. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебник/ В.А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп.- М.: ГЭОТАР-Медиа,2014. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970428344.html>

### Дополнительная литература

1. Лечебная физическая культура: учебник для вузов по специальности "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" (адаптивная физическая культура) / С. Н. Попов [и др.]; под ред. С. Н. Попова.— 7-е изд., стер.— Москва: Академия, 2009. — 413 с.: ил., табл. — (Высшее профессиональное образование, Физическая культура и спорт). — Библиогр.: с. 406-409.— ISBN 978-5-7695-6498-7.
2. Бирюков, Анатолий Андреевич. Спортивный массаж: учебник для вузов по специальности 022300 - Физическая культура и спорт / А. А. Бирюков. — 2-е изд., стер. — Москва: Академия, 2008. — 570 с., [16] л. цв. ил.: ил., табл. — (Высшее профессиональное образование, Физическая культура и спорт). — Библиогр.: с. 567.— ISBN 978-5-7695-4783-6.
3. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] / Епифанов В.А. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5970411339.html>
4. Бирюков, А. А. Лечебный массаж: учеб.для студ. высш. учеб. заведений / А.А. Бирюков. – М.: Академия, 2007. 368 с.

### Периодические издания:

1. Научно-практический журнал: «Лечебная физкультура и спортивная медицина» 2013,2014,2015г.
2. Ежеквартальный журнал: «Адаптивная физическая культура» 2013,2014,2015г.

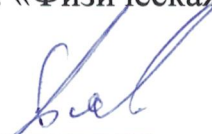
### Интернет ресурсы

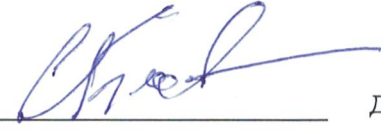
1. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teorya.ru>
2. Статьи. Библиотека центральная отраслевая, библиотеки по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
3. Журналы “Физическая культура: воспитание, образование, тренировки” <http://lib.sportedu.ru>

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для проведения лекций по дисциплине «ЛФК и массаж» используется мультимедийная аудитория № 109 (Зспорт. корпус), где имеется компьютер с выходом в интернет и стационарный мультимедийный проектор, экран, доска, а для проведения практических занятий используется специально приспособленный для проведения ЛФК и массажа аудитория №09, (корп.10) института физической культуры и спорта ВлГУ. Для проведения ЛФК и массажа имеются: компьютер с видеофильмами, кушетки, простыни, смазывающие вещества, полотенца, муляжи, костные скелеты, учебные плакаты и др.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», профиль «Спортивный менеджмент».

Рабочую программу составил:  к.м.н., доцент кафедры ТМБОФК Пименов А.Б

Рецензент  доцент кафедры Биологического и Географического образования ПИ ВлГУ к.б.н., доцент С.Г. Баранов

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры протокол № 61 от 29.09 2015 года.

Заведующий кафедрой  Т.Е. Батоцыренова.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01. и 49.03.02.


протокол № 4/1 от 30.09 2015 года.

Председатель комиссии  Т.Е. Батоцыренова

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА и МАССАЖ»**

Рабочая программа одобрена на 2015-2016 учебный год.

Протокол заседания кафедры № 1 от 30.08.15 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2016-2017 учебный год.

Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08.16 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2017/18 учебный год.

Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.17 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.