

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

Институт физической культуры и спорта



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института

Гадалов А.В.

2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
МАССАЖ**

**направление подготовки / специальность**

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

**направленность (профиль) подготовки**

Адаптивное физическое воспитание

г. Владимир

2021

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: вооружить студентов знаниями в области основ лечебной физической культуры и современных массажных технологий; способствовать выработке у них умений и навыков применения полученных знаний в практической деятельности.

Задачи изучения дисциплины «Массаж»:

- Изучить физиологические особенности организма во время применения лечебной физической культуры и массажа;
- Оценивать соответствие физических нагрузок, применяемых в массаже функциональному состоянию организма человека.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Массаж» относится к обязательной части.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	ОПК-8.1. Знает основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста при различных видах инвалидности; психологические особенности занимающихся физическими упражнениями. ОПК-8.2. Умеет использовать различные методики физической реабилитации, дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; оценивать их эффективность; ориентироваться в вопросах возрастной	Знает основные понятия массажа; характеристики двигательных действий человека и методы их измерения; особенности обмена веществ во время применения лечебной физической культуры и массажа; характеристики техники массажа и ее анализ. Умеет проводить занятия по ЛФК, процедуры массажа; используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека; формулировать конкретные задачи и находить пути их решения; осуществлять измерения, проводить оценку и биомеханический контроль показателей двигательных действий. Владеет приемами подбора двигательных действий; способами интерпретации полученной информации при оценке сформированных двигательных действий;	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа

	<p>психопатологии, провести консультирование в рамках физической реабилитации. Пользоваться физиотерапевтическим оборудованием.</p> <p>ОПК-8.3. Владеет навыками применения профессиональной терминологии; методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей; приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей.</p>	<p>знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий.</p>	
<p>ОПК-10. Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)</p>	<p>ОПК-10.1 Знает факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания.</p> <p>ОПК-10.2 Умеет определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия.</p> <p>ОПК-10.3 Владеет практическим применением физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).</p>	<p>Знает методические приемы проведения массажа, особенности обмена веществ во время применения массажа; характеристики техники массажа и ее анализ; осуществлять контроль лечебных двигательных действий, технические средства массажа и методики применения.</p> <p>Умеет используя знания закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека; формулировать конкретные задачи и находить пути их решения при изучении нозологических форм человека.</p> <p>Владеет знаниями для планирования и проведения основных видов спортивно-оздоровительных занятий с людьми разного возраста; методами получения биомеханических характеристик двигательных действий.</p>	<p>Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание Глоссарий Контрольная работа</p>

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов

##### Тематический план

##### форма обучения – заочная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической		
1	История развития массажа. Основные виды массажа. Физиологическое действие основных видов массажа на организм человека.	10	1-2	1				7	
2	Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.	10	3-4	1		1		7	
3	Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях.	10	5-6	1		1		7	Рейтинг-контроль 1
4	Массаж при заболеваниях органов дыхания.	10	7-8	1		1		7	
5	Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.	10	9-10	1		1		7	
6	Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения.	10	11-12	1		1		7	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА.	10	13-14	1		1		7	
8	Массаж в травматологии и ортопедии.	10	15-16	1		1		7	
9	Массаж в детском возрасте.	10	17-18			1		9	Рейтинг-контроль 3
Всего за 10 семестр:				8		8		65	Экзамен, 27 ч
Итого по дисциплине				8		8		65	Экзамен, 27 ч.

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа

**Тематический план**  
**форма обучения – заочная на базе ВПО**

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической		
1	История развития массажа. Основные виды массажа. Физиологическое действие основных видов массажа на организм человека.	4	1-2	1				12	
2	Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.	4	3-4			1		12	
3	Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях.	4	5-6	1			1	12	Рейтинг-контроль 1
4	Массаж при заболеваниях органов дыхания.	4	7-8			1	1	12	
5	Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.	4	9-10			1	1	12	
6	Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения.	4	11-12	1			1	12	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА.	4	13-14			1	1	12	
8	Массаж в травматологии и ортопедии.	4	15-16	1		1		12	
9	Массаж в детском возрасте.	4	17-18			1	1	11	Рейтинг-контроль 3
Всего за 4 семестр:				4		6		107	
Итого по дисциплине				4		6		107	Экзамен, 27 ч.

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов

**Тематический план**  
**форма обучения – заочная на базе СПО**

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической		
1	История развития массажа. Основные виды массажа. Физиологическое действие основных видов массажа на организм человека.	4	1-2			1		12	
2	Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.	4	3-4	1				12	
3	Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях	4	5-6					12	Рейтинг-контроль 1
4	Массаж при заболеваниях органов дыхания	4	7-8					12	
5	Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.	4	9-10			1		12	
6	Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения.	4	11-12	1				12	Рейтинг-контроль 2
7	Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА	4	13-14			1		10	
8	Массаж в травматологии и ортопедии.	4	15-16					10	
9	Массаж в детском возрасте	4	17-18			1		10	Рейтинг-контроль 3
Всего за 4 семестр:				2		4		102	Зачет с оценкой
Итого по дисциплине				2		4		102	Зачет с оценкой

## Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1 История развития массажа. Основные виды массажа. Физиологическое действие основных видов массажа на организм человека.

### Содержание темы.

Развитие массажа у народов Индонезии, в Древнем Китае, Индии, Греции, Древнем Египте, Италии. Классификация В. И. Дубровского: лечебный; спортивный; сегментарно-рефлекторный; гигиенический; профилактический (превентивный); самомассаж; косметический; реанимационный; детский; аппаратный; сексуальный; гинекологический; урологический; перкуссионный; холодовый (криомассаж).

Тема 2 Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.

### Содержание темы.

Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.

Тема 3 Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях кардиореспираторной системы: инфаркта миокарда, гипертонии, гипотонии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 4 Массаж при заболеваниях органов дыхания

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях респираторной системы: острого и хронического бронхита, бронхиальной астмы. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 5 Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря: гастрит с повышенной и пониженной кислотностью, язва желудка и 12-перстной кишки, атония кишечника, дискинезии желчевыводящих путей атонической и спастической формы. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 6 Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях нервной системы: невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения атонической и спастической формы. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 7 Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: нарушение осанки, плоскостопие, сколиоз 1, 2, 3 степени. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 8 Массаж в травматологии и ортопедии.

### Содержание темы.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях, травмах и ортопедической патологии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа

Тема 9 Массаж в детском возрасте

### Содержание темы.

Методические особенности проведения процедур массажа с детьми 1-го года жизни, 2-го, 3-го годов жизни, старшего дошкольного возраста, младшего, среднего, старшего школьного возраста, в соответствии с имеющейся патологией. Показания и противопоказания к применению массажа. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

### **Содержание лабораторных занятий по дисциплине**

Тема 1 История развития массажа. Основные виды массажа. Физиологическое действие основных видов массажа на организм человека.

Содержание лабораторных занятий.

Физиологическое действие массажа на кожу, подкожную жировую клетчатку, на суставы, связки, сухожилия, на мышцы, сердечно-сосудистую и лимфатическую систему, нервную систему, на дыхательную систему, на обмен веществ и функцию выделения, на функциональное состояние организма.

Тема 2 Показания и противопоказания к проведению различных видов массажа. Основные требования к массажисту и оснащению массажного кабинета.

Содержание лабораторных занятий.

Приемы массажа: поглаживание, выжимание, разминание, растирание, поколачивание, похлопывание, вибрация.

Тема 3 Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях кардиореспираторной системы: гипертонии, гипотонии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 4 Массаж при заболеваниях органов дыхания.

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях кардиореспираторной системы: пневмонии, бронхита, бронхиальной астмы. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 5 Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 6 Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при неврологических заболеваниях: остеохондроз, инсульт, неврит. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 7 Особенности проведения массажа при заболеваниях ОДА.

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: дисплазия тазобедренного сустава, врожденная мышечная кривошея, гиперлордоз, гиперкифоз. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

Тема 8 Массаж в травматологии и ортопедии.

Содержание лабораторных занятий.

Показания и противопоказания применения методов массажа при заболеваниях, травмах и ортопедической патологии. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа



Тема 9 Массаж в детском возрасте.Содержание лабораторных занятий.

Методические особенности проведения процедур массажа в соответствии с имеющейся патологией. Показания и противопоказания к применению массажа. Виды массажа, особенности использования приемов и методики проведения массажа.

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

### **4,10 СЕМЕСТР**

#### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

##### **Рейтинг-контроль 1**

##### **Контрольная работа**

##### **Вариант 1**

1. Понятие о массаже. Виды и классификация.
2. Характеристика разновидностей массажа.
3. Анатомо-физиологические особенности костно-мышечной системы.
4. Физиологическое воздействие массажа на нервную систему.
5. Физиологическое воздействие массажа на кожу.

##### **Вариант 2**

1. Физиологическое воздействие массажа на кровеносную и лимфатическую систему.
2. Физиологическое воздействие массажа на опорно-двигательный аппарат.
3. Физиологические механизмы действия массажа.
4. Гигиенические требования к месту проведения массажа и оснащение массажного кабинета.
5. Гигиенические требования к массажисту и пациенту.

##### **Рейтинг 2**

##### **Тест-контроль**

1. Лечебный массаж используется, как:
  - а) метод лечения различных заболеваний;
  - б) средство нормализации нарушенных функций организма;
  - в) средство профилактики заболеваний;
  - г) средство предупреждения старения.
2. Гигиенический массаж решает задачи:
  - а) поддержания общего тонуса организма, его оздоровления и профилактики заболеваний;
  - б) нормализации нарушенных функций организма;
  - в) предупреждения старения и устранения косметических недостатков;
  - г) подготовки спортсмена к физическим и психологическим нагрузкам.
3. При явлениях застоя в легких массаж выполняется в исходном положении пациента:
  - а) сидя;
  - б) лежа.
4. Противопоказаниями к проведению массажа у больных со стабильной стенокардией напряжения являются:
  - а) хроническая сердечная недостаточность IIБ-III стадии (по Стражеско-Василенко),
  - б) наличие эпизодов повышения артериального давления в анамнезе;
  - в) приступ стенокардии;
  - г) экстрасистолия в анамнезе.
5. Назначение массажа при инфаркте миокарда возможно:
  - а) в первые часы;

- б) в первые сутки;
- в) в первые дни.
- 6) При инфаркте миокарда в первые дни назначается:
  - а) общий массаж;
  - б) сегментарный, точечный массаж;
  - в) массаж конечностей;
  - г) массаж головы.
- 7) На больничном этапе лечения инфаркта миокарда назначается:
  - а) классический массаж конечностей;
  - б) рефлекторно-сегментарный и точечный массаж;
  - в) классический массаж спины и шеи;
  - г) классический массаж грудной клетки спереди и живота.
- 8) На санаторном этапе лечения инфаркта миокарда не назначают классический массаж:
  - а) спины,
  - б) грудной клетки,
  - в) воротниковой зоны;
  - г) живота.
- 9. При ишемической болезни мозга назначают массаж:
  - а) спины;
  - б) воротниковой зоны;
  - в) головы;
  - г) грудной клетки спереди.
- 10. При гипертонической болезни проводится массаж:
  - а) спины;
  - б) воротниковой зоны;
  - в) головы;
  - г) грудной клетки спереди.

### Рейтинг 3 Тест-контроль

1. Противопоказанием к назначению массажа при гипертонической болезни не является:
  - а) кризовое повышение артериального давления;
  - б) 3 степень заболевания (180/110 мм рт.ст и выше);
  - в) острое нарушение мозгового кровообращения;
  - г) 2 стадия заболевания.
2. Массаж воротниковой зоны при артериальном гипотензивном синдроме:
  - а) назначается с 1 сеанса,
  - б) назначается с 5 сеанса,
  - в) назначается, если артериальное давление устойчиво повысилось,
  - г) не назначается.
3. При облитерирующих заболеваниях конечностей массаж ног ниже коленного сустава:
  - а) проводится только во 2 стадии заболевания;
  - б) проводится только в 1 стадии заболевания;
  - в) не проводится;
  - г) проводится не зависимо от стадии заболевания.
4. Лечебный массаж при пневмонии не назначают:
  - а) при температуре тела выше 37°C;
  - б) при температуре тела выше 38°C;
  - в) при наличии осложнений;
  - г) при любом течении заболевания.
5. Лечебный массаж при остром бронхите не назначают:
  - а) при температуре тела выше 37°C;

- б) при температуре тела выше 38°C;
  - в) при наличии осложнений;
  - г) при любом течении заболевания.
6. Для классической методики массажа при бронхиальной астме характерно:
- а) большой объем ударных приемов в межлопаточной области;
  - б) обязательное проведение приемов для расслабления мышц, находящихся в гипертонусе;
  - в) более интенсивное растирание грудной клетки;
  - г) большее внимание выжиманию.
7. Методика ИМАЗ применяется при:
- а) пневмонии;
  - б) бронхиальной астме;
  - в) хроническом бронхите;
  - г) инфаркте миокарда.
8. При плеврите назначают массаж, состоящий из приемов:
- а) точечного массажа;
  - б) классического массажа с главным приемом – выжиманием;
  - в) рефлекторно-сегментарного.
9. Основными задачами массажа при эмфиземе легких являются:
- а) улучшение кровообращения;
  - б) улучшение эвакуации мокроты из бронхов;
  - в) способствование оттоку жидкости из плевральной полости;
  - г) укрепление дыхательной мускулатуры.
10. При хроническом гастрите типа А назначают:
- а) классический массаж живота;
  - б) рефлекторно-сегментарный массаж;
  - в) точечный массаж;
  - г) все ответы верны.

## **5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (ЭКЗАМЕН, ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ) КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ.**

1. Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях
2. Массаж при заболеваниях органов дыхания
3. Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.
4. Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения
5. Массаж в травматологии и ортопедии
6. Массаж в детском возрасте
7. Особенности применения Массажа при сколиозах
8. Особенности применения Массажа при артритах и артрозах
9. Особенности применения Массажа при заболеваниях на первом году жизни ребенка
10. Особенности применения Массажа при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (на выбор)
11. Классификация, характеристика и разновидности различных школ массажа.
12. Гигиенические требования к месту проведения массажа и оснащению массажного кабинета к массажисту и массируемому. Показания к массажу. Правила выполнения массажа. Противопоказания к массажу.
13. Исходные положения массажиста (ИПМ), его рук при массаже различных участках тела приемами классического массажа (КМ). Последовательность проведения общего массажа.
14. Исходные положения пациента (ИПП) при массаже различных участков тела. Показания и противопоказания к массажу. Гигиенические основы массажа.

15. Анатомо-физиологические основы массажа.
16. Прием «поглаживание», его виды, значение и физиологическое действие. Прием «выжимание», его виды, значение и физиологическое действие.
17. Прием «разминание», его виды, значение и физиологическое действие.
18. «Сотрясающие» приемы, их виды, значение и физиологическое действие. Прием «вибрация», ее физиологическое действие и значение, виды «вибрации».
19. Прием «растирание», его виды, значение и физиологическое действие для мышц и суставов.
20. «Ударные» приемы, их физиологическое действие. Виды «ударных» приемов и их значение.
21. Движения, виды движений, физиологическое действие на организм.
22. Основные правила проведения массажа. Классификация и характеристика разновидностей массажа.
23. Физиологическое действие массажа на нервную систему.
24. Физиологическое действие массажа на кожу.
25. Физиологическое действие массажа на опорно-двигательный аппарат.
26. Физиологическое действие массажа на мышечную систему.
27. Разновидности, особенности и физиологическое значение финских приемов в технике классического массажа.
28. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц шеи.
29. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц спины.
30. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц таза.
31. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц нижних конечностей.
32. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц верхнего плечевого пояса.
33. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц верхних конечностей.
34. Анатомо-функциональная характеристика и особенности массажа мышц живота.
35. Особенности применения массажа при инфаркте миокарда в условиях санаторно-курортного лечения
36. Особенности применения массажа при гипертонической болезни
37. Особенности применения массажа при гипотонической болезни
38. Особенности применения массажа при острых и хронических бронхитах
39. Особенности применения массажа при бронхиальной астме в межприступный период
40. Особенности применения массажа при заболеваниях обмена веществ (на примере сахарного диабета)
41. Особенности применения Массажа при заболеваниях обмена веществ (на примере ожирения)

### **5.3. Самостоятельная работа обучающегося.**

#### **Темы рефератов**

1. Различные виды массажных технологий, в том числе с целью реабилитации и абилитации инвалидов.
2. Механизмы действия различных видов массажа на организм человека, возможности их использования при различных патологиях
3. Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях
4. Массаж при заболеваниях органов дыхания
5. Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря.

6. Массаж при невритах, невралгиях, последствиях нарушения мозгового кровообращения
7. Массаж в травматологии и ортопедии
8. Массаж в детском возрасте

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература		
1. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 656 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-4257-9	2017	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970442579.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970442579.html</a>
2. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 528 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3757-5	2016	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437575.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437575.html</a>
3. Ерёмусшкин, М.А. Классический массаж: учебник / под ред. М. А. Ерёмусшкина. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 448 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3947-0	2016	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970439470.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970439470.html</a>
Дополнительная литература		
1 Миронов, С.П. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: национальное руководство/ Под ред. С.П. Миронова, Б.А. Поляева, Г.А. Макаровой - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5	2013	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html</a>
2. Абрашина, Н.А. Лечебный и профилактический массаж для детей с нарушениями развития [Электронный ресурс] / Абрашина Н.А. - М.: ФЛИНТА, 2016. - 201 с. - ISBN 978-5-9765-0765-4	2016	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976507654.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976507654.html</a>
3. Стельмашонок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.А. Стельмашонок, Н.В. Владимирова - Минск : РИПО, 2015. - 328 с. - ISBN 978-985-503-531-3	2015	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789855035313.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789855035313.html</a>

### 6.2. Периодические издания

1. Адаптивная физическая культура
2. Вестник восстановительной медицины

3. Вестник спортивной науки
4. Культура физическая и здоровье
5. Теория и практика физической культуры
6. Физическая культура в школе
7. Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка

### 6.3. Интернет-ресурсы

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>
2. Справочно-информационные источники <http://www.schooi.edu.ru>
3. Теория и практика физической культуры (информационный портал) <http://www.teoriya.ru>
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
5. Библиотека Ихтика» (полнотекстовая) <http://ihtik.lib.ru>
6. Российский гуманитарный Интернет- университет <http://www.vusnet.ru/biblio>
7. Российский государственный университет физической культуры, спорта, туризма и молодежной политики – (РГУФК; ГЦОЛИФК) <http://www.sportedu.ru>
8. Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма <http://www.akademsport.smolensk.ru>
9. Журналы:
  - «Теория и практика физической культуры» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
  - «Спорт для всех (архив)» <http://www.infosport.ru/press/sfa/arch.htm>
  - «Физическая культура; воспитание, образование, тренировка» (архив) <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лабораторные работы проводятся в кабинете «ЛФК и спортивной медицины».

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: ОС. Microsoft Windows 8.1 Professional 6.3.9600.18202 (Win8.1 RTM), пакет офисных программ Microsoft Office Professional Plus 2013, Microsoft Visio Professional Plus 2013.

Рабочую программу составила: к.б.н., доцент Косцова Е. В.

(ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя)

ГБУЗ ВО «Областной центр ЛФК и СМ», главный врач Киселев В.О.

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е.

(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена

на заседании учебно-методической комиссии направления 49.03.01, 49.03.02

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Председатель комиссии Батоцыренова Т.Е.

(ФИО, должность, подпись)