

Аннотация к дисциплине Лечебная физическая культура

Название дисциплины		ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА				
Номер		Академический год			семестр	1,2,3,4,5.
Кафедра	Программа	24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно–космических комплексов (уровень специалитета)», специализация «Ракеты с ракетными двигателями твердого топлива»				
Составитель	Соколов Сергей Владимирович, доцент					
Цели и задачи дисциплины, основные темы	<p>Цели: Целью лечебной физической культуры студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и к будущей жизни и профессиональной деятельности.</p> <p>Задачи: заключаются в формировании у студентов- понимании социальной значимости лечебной физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;- знание научно- биологических и практических основ лечебной физической культуры и здорового образа жизни;- формирование мотивационно- ценностного отношения к лечебной физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.</p> <p>Знания: знать влияние оздоровительных систем лечебного физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования занятий различной целевой направленности</p> <p>Умения: предпринимать профилактические меры для сохранения здоровья; применять первичные знания для укрепления здоровья; применять знания в ходе оздоровительно-реабилитационной деятельности; владеть способами правильного закаливания; овладеть умением сочетать движения с дыханием; овладеть гигиеническими правилами; самостоятельно и правильно разработать режим дня;</p> <p>Навыки: владеть комплексом упражнений при поражении опорно-двигательного аппарата, комплексом упражнений, корректирующих осанку учащегося; общеразвивающими упражнениями; правильного дыхания при движении, владеть системой практических умений навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>Практические занятия: воздействие физических упражнений на опорно-двигательный аппарат; воздействие физических упражнений на сердечно-сосудистую систему; воздействие физических упражнений на нервную систему; дозирование физических упражнений и формы применения ЛФК; виды тренировки в ЛФК.</p>					
Основная литература	<p>1. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебное пособие. Курс лекций на иностранном языке (английском) /С. А. Егорова, В. Г. Петрякова. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный ун-т, 2015. — 95 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/63240.html. 2. Ростомашвили Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Электронный ресурс]: учебное пособие. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2015. — 164 с. — 978-5-9718-0776-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40847.html.</p>					
Технические средства	Зал для занятий лечебной физической культуры					
Компетенции	Приобретаются студентами при освоении модуля					
Общекультурные	ОК-18. Способность самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний и умений, в том числе в новых областях, непосредственно не связанных со сферой профессиональных компетенций, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования, готовность содействовать обучению и развитию окружающих.					
Профессиональные						
Зачетных единиц	-	Форма проведения занятий	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа
		Всего часов	-	(66/66/66/66/64)	-	-
Виды контроля	Диф.зач /зач/ экз	КП/КР	Условие зачета дисциплины	Получение оценки «зачтено»	Форма проведения самостоятельной работы	Подготовка к практическим занятиям и зачетам
формы	зач/зач/зач/зач/зач	нет				
Перечень дисциплин, знание которых необходимо для изучения дисциплины			Анатомия, Биология, Физиология и гигиена, Психология (все в объеме средней школы)			