

## АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Наименование дисциплины (модуля)

Массаж

### Наименование ОПОП ВО

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

### Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины «Массаж»– изучение способов укрепления и восстановления здоровья, повышения работоспособности человека методиками массажа.

Задачи дисциплины:

1. Изучение механизмов влияния массажа на здоровье и работоспособность, основных приемов массажа и способов их выполнения.
2. Освоение техники массажа различных анатомических областей тела, применяемых при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и внутренних органов, травмах.
3. Изучение показаний и противопоказаний к проведению массажа, особенностей сочетания массажа с физиотерапией, лечебной физкультурой и другими методами восстановительного лечения.
4. Разработка плана построения массажной процедуры и курса массажа.

### Результаты освоения дисциплины (модуля)

Планируемыми результатами обучения по дисциплине являются знания, умения, навыки, соотнесенные с компетенциями, которые формирует дисциплина, и обеспечивающие достижение планируемых результатов по образовательной программе в целом. Перечень компетенций, формируемых в результате изучения дисциплины, приведен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
			Код результата	Формулировка результата
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Б-ФЗ)				

### Основные тематические разделы дисциплины (модуля)

- 1) Приемы массажа

- 2) Алгоритм построения массажной процедуры и курса массажа
- 3) Массаж различных анатомических областей тела
- 4) Медико-физиологическая и гигиеническая характеристика, виды и приемы массажа
- 5) Самомассаж

### Трудоёмкость дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу по всем формам обучения, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Трудоёмкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоёмкость	Объем контактной работы (час)					СРС	Форма аттестации	
				(З.Е.)	Всего	Аудиторная			Внеаудиторная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА			КСР
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	ОФО	Б1.В	5	3	37	0	36	0	1	0	71	3

### Составители(ль)

*Журавская Н.С., доктор медицинских наук, профессор, Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, Natalya.Zhuravskaya@vvsu.ru*