


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:
Декан факультета физической
культуры и спорта
 С.Б. Петрыгин

« 30 » августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Массаж»

Уровень основной профессиональной образовательной программы:
бакалавриат

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль) подготовки: **Адаптивное физическое воспитание**

Форма обучения: **заочная**

Срок освоения ОПОП: **нормативный – 4,5 года**

Факультет: **физической культуры и спорта**

Кафедра – **Медико-биологических и психологических основ физического воспитания**

Рязань 2018

«Массаж»

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. Целью освоения дисциплины является формирование общекультурных, общепрофессиональных, профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными теоретическими знаниями по массажу и практическими навыками проведения занятий по лечебному массажу, повысить уровень знаний теории массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм, ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа, привить навыки практической деятельности использования массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и после реабилитации.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП Вуза:

2.1. Дисциплина основной образовательной программы Б.1.В.ОД.17 «Массаж» Блока 1 относится к вариативной части обязательных дисциплин.

Для изучения данной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами «Анатомия человека», «Физиология человека», «Спортивная медицина».

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

«Специальная психология и педагогика», «ЛФК», «Частные методики АФК»

2.4. Требования к результатам освоения дисциплины.

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих *общекультурных* (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№	Индекс компетенции	Содержание компетенции	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	владеть
1	ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>1.определения ключевых понятий и терминов;</p> <p>2.особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека;</p> <p>3.общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние</p>	<p>1.с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний</p> <p>2.прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах заболеваний;</p> <p>3.оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей</p>	<p>1.логикой выбора средств восстановления утраченных функций;</p> <p>2.методикой проведения общего массажа</p> <p>3.методикой массажа при спортивных повреждениях и травмах</p>
2	ОК-11	способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения	<p>1.закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека</p> <p>2.причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>3.закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p>	<p>1.подготавливать пациентов к массажу, осуществлять контроль за состоянием пациентов во время проведения процедур.</p> <p>2.организовать проведение массажа в различных оздоровительных и спортивных учреждениях;</p> <p>3.оказать доврачебную помощь пострадавшим при проведении массажа.</p>	<p>1.знаниями закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>2.исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья,</p> <p>3.средствами и методами массажа, необходимыми для профилактики заболеваний и</p>

					травм и последующей реабилитации.
3	ПК-11	знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	1.навыки практической деятельности использования массажа 2.методику выполнения основных массажных приемов 3.показания и противопоказания к массажу	1.применять различные методы и приемы массажа при различных заболеваниях 2.выполнять соответствующий массаж детям разного возраста, беременным женщинам и пожилым людям; 3.выполнять приемы самомассажа и спортивного массажа	1.практическими навыками в процессе врачебно-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья 2.показаниями и противопоказаниями к массажу 3.техникой массажа для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
4	ПК-13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций	1.историю возникновения и этапы развития массажа 2.теоретические знания по массажу и практические навыки проведения лечебного массажа 3. технику выполнения основных приемов классического и спортивного массажа	1.использовать в своей деятельности профессиональную лексику; 2.оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций. 3.использовать на практике знания, полученные при изучении теоретического материала	1.методикой массажа отдельных областей тела человека 2.общими основами организации, техники и методики массажа. 3.методикой массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.5.Карта компетенций дисциплины

«Массаж»

Цель	формирование общекультурных, общепрофессиональных, профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными теоретическими знаниями по массажу и практическими навыками проведения занятий по лечебному массажу, повысить уровень знаний теории массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм, ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа, привить навыки практической деятельности использования массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и после реабилитации.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний и прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах; - прогнозировать возможный исход и оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей, - оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций. <ul style="list-style-type: none"> – определять показания и противопоказания при назначении массажа при определенной патологии у конкретного человека; – составлять рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы; – проводить экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы; – применять практические приемы проведения массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм, - использовать и применять разнообразные массажные действия, сочетать массаж с физиопроцедурами и другими вспомогательными методами.

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие

Общекультурные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				

ОК-8	<p>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>1.определения ключевых понятий и терминов; 2.особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека; 3.общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние Уметь 1.с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний 2.прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах заболеваний; 3.оценивать функциональные возможности организма при</p>	<p>Лекции Лабораторные работы Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p><u>Пороговый</u>: владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для профессиональной деятельности <u>Повышенный</u>: эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и профессионального роста.</p>
------	---	---	--	---	--

		<p>проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей</p> <p>Владеть</p> <p>1.логикой выбора средств восстановления утраченных функций;</p> <p>2.методикой проведения общего массажа</p> <p>3.методикой массажа при спортивных повреждениях и травмах</p>			
Общепрофессиональные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-11	<p>способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения</p>	<p>Знать</p> <p>1.закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека</p> <p>2.причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>3. закономерности восстановления нарушенных или</p>	<p>Лекции</p> <p>Лабораторные работы</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p>Пороговый: Знает основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук, основные принципы и закономерности, движущие силы функционирования современного общества</p> <p>Повышенный: эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в</p>

		<p>временно утраченных функций организма человека, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>Уметь</p> <p>1.подготавливать пациентов к массажу, осуществлять контроль за состоянием пациентов во время проведения процедур.</p> <p>2.организовать проведение массажа в различных оздоровительных и спортивных учреждениях;</p> <p>3.оказать доврачебную помощь пострадавшим при проведении массажа.</p> <p>Владеть</p> <p>1.знаниями закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>2.исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и</p>			<p>средства личностного и профессионального роста.</p>
--	--	--	--	--	--

		психолого-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, 3.средствами и методами массажа, необходимыми для профилактики заболеваний и травм и последующей реабилитации.			
ПК-11	знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Знать 1.навыки практической деятельности использования массажа 2.методику выполнения основных массажных приемов 3.показания и противопоказания к массажу Уметь 1.применять различные методы и приемы массажа при различных заболеваниях 2.выполнять соответствующий массаж детям разного возраста, беременным женщинам и пожилым	Лекции Лабораторные работы Самостоятельная работа	Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен	Пороговый: эффективно владеет теоретическими основами и практическими методами Повышенный: Стремится к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства

		<p>людям;</p> <p>3.выполнять приемы самомассажа и спортивного массажа;</p> <p>Владеть</p> <p>1.практическими навыками в процессе врачебно-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья</p> <p>2.показаниями и противопоказаниями к массажу</p> <p>3.техникой массажа для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья</p>			
Профессиональные компетенции					
ПК-13	<p>умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций</p>	<p>Знать</p> <p>1.историю возникновения и этапы развития массажа</p> <p>2.теоретические знания по массажу и практические навыки проведения лечебного массажа</p> <p>3. технику выполнения основных приемов классического и спортивного</p>	<p>Лекции</p> <p>Лабораторные работы</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p>Пороговый: владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для профессиональной деятельности</p> <p>Повышенный эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и профессионального роста</p>

		<p>массажа</p> <p>Уметь</p> <p>1.использовать в своей деятельности профессиональную лексику;</p> <p>2.оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций.</p> <p>3.использовать на практике знания, полученные при изучении теоретического материала</p> <p>Владеть</p> <p>1.методикой массажа отдельных областей тела человека</p> <p>2.общими основами организации, техники и методики массажа.</p> <p>3.методикой массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>			
--	--	---	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 8 часов
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	16	16
В том числе:		-
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)	12	12
Самостоятельная работа студента (всего)	92	92
В том числе		-
СРС в семестре	92	92
Курсовой проект (работа)	КП	-
	КР	-
Другие виды СРС	92	92
Подготовка к письменной контрольной работе	12	12
Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	15	12
Работа со справочными материалами	15	15
Изучение и конспектирование литературы	15	15
Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	15	15
Подготовка к зачету	20	20
СРС в период сессии	-	-
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3
	экзамен (Э)	-
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	108
	зач. ед.	3

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
8	1	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа. Виды массажа.	Понятие о массаже. Физиологические механизмы влияния массажа на организм. Показания и противопоказания к проведению массажа. Виды массажа. Спортивный массаж. Основные приемы массажа. Методические особенности при проведении массажа.
8	2	Характеристика и методы лечебного массажа. Методические особенности при проведении лечебного массажа.	Характеристика лечебного массажа. Методы лечебного массажа. Показания и противопоказания к проведению лечебного массажа. Сочетание лечебного массажа и физиопроцедур. Сегментарный массаж. Точечный массаж, соединительно-тканый массаж, периостальный массаж.
8	3	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов. Лечебно-профилактическое действие массажа.

2.3.	Примерный перечень лабораторных занятий	12
2.1	Приемы и техника классического массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание Вибрация.	6
2.2	Методика проведения массажа различных областей человеческого тела.	4
2.3	Массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов.	2

2.4. Примерная тематика курсовых работ.
Курсовые работы не предусмотрены.

2. Самостоятельная работа студента. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
5	1	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа. Виды массажа.	1. Подготовка к письменной контрольной работе	4
			2. Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	5
			3. Работа со справочными материалами	5
			4. Изучение и конспектирование литературы	5
			5. Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	5
5	2	Характеристика и методы лечебного массажа. Методические особенности при проведении лечебного массажа.	1. Подготовка к письменной контрольной работе	4
			2. Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	5
			3. Работа со справочными материалами	5
			4. Изучение и конспектирование литературы	5
			5. Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	5
5	3	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждения сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж,	1. Подготовка к письменной контрольной работе	4
			2. Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	5
			3. Работа со справочными материалами	5
			4. Изучение и конспектирование литературы	5
			5. Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	5
			Подготовка к зачету	20
		ИТОГО в семестре:		92

3.2. График работы студента. Согласно учебному плану

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, законодательства РФ, выполнении индивидуальных домашних заданий, обучающимся помогут:

2. - Учебники и учебно-методические пособия библиотеки университета, имеющиеся на кафедре медико-биологических и психологических основ физического воспитания

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»

- Информационно-справочные и поисковые системы.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

К современному бакалавру-педагогу, специалисту по физической культуре общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у обучающихся студентов определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретным возникающим ситуациям.

Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов, написание курсовых и выпускных квалификационных работ.

При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса.

Для того, чтобы знания студентов приобрели необходимую систематичность, рекомендуется начинать самостоятельное изучение темы с литературных источников обобщающего характера – учебников, учебных пособий, а затем переходить к специальным статьям, а также использовать информационно-поисковые системы "Консультант-плюс", "Гарант", глобальной сети "Интернет"; рассматривающих частные проблемы.

Цели осуществления СРС должна совпадать с целью обучения студента – подготовкой специалиста и бакалавра с высшим образованием, т.е. формирование общекультурных (универсальных): социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, а также приобретение фундаментальных знаний, профессиональных умений и навыков деятельности по профилю, опыта творческой, исследовательской деятельности. Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

В образовательном процессе ВУЗа выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, выполняемая на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию, и внеаудиторная.

Внеаудиторная самостоятельная работа включает:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Проверка знаний студентов проводится в течение всего периода изучения предмета. Оценка успеваемости определяется на основании данных текущей успеваемости и сдачи зачета.

ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.
2. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями системы органов дыхания.
3. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с болезнями мочеполовой системы.

4. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с нарушениями обмена веществ.
5. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с нарушениями минерального обмена.
6. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу¹, для пациентов с нарушениями углеводного обмена.
7. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу, для пациентов с ожирением I степени.
8. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 2 степени.
9. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 3 степени.
10. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 4 степени.
11. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с хронической почечной недостаточностью.
12. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних конечностей с переломами костей скелета.
13. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы нижних конечностей с переломами костей скелета.
14. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу, для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних и нижних конечностей с переломами костей скелета.
15. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу ной клетки с повреждениями органов грудной полости.
16. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы живота с повреждениями органов брюшной полости,
17. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после инфекционных заболеваний.
18. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для беременных женщин на 1 половину беременности.
19. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для беременных женщин на 2 половину беременности.
20. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для новорожденных детей и детей 1 года жизни.
21. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей дошкольного возраста.
22. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей младшего школьного возраста.
23. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей старшего школьного возраста.

24. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для возбудимых подростков.

25. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для заторможенных подростков.

26. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для подростков с девиантным поведением.

27. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для людей пожилого возраста с хроническими заболеваниями в стадии ремиссии.

28. Дать анатомо-физиологическое обоснование и описать методики проведения китайского, точечного, индийского массажа.

29. Описать методики проведения массажа рефлекторных зон кисти, восточного массажа ногами, меридиального и тибетско-монгольского массажа.

30. Описать методики проведения массажа по системе «До-Ин», японского массажа «Шиатсу», тайландского массажа.

31. Описать методики проведения гипотермического массажа, баночного и дренажного массажа.

32. Описать методики проведения непрямого массажа сердца, перкуссионного и рецептивно-релаксационного массажа.

33. Описать методики проведения анальгезирующего массажа.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(см. Фонд оценочных средств)

1.2. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины.

Список литературы. Основная. Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Семестр	Используется при изучении разделов	Количество экземпляров	
			В библиотеке	На кафедре
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	
Налобина, А.Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие / А.Н. Налобина, И.Г. Таламова, Л.Е. Медведева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - 2-е изд. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 140 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274878 (08.09.2018).	8	1 – 3		
Список литературы. Дополнительная				
Лукомский, И.В. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж : учебник / И.В. Лукомский, И.С. Сикорская, В.С. Улащик ; ред. В.С. Улащик. - 3-е изд. - Минск : Вышэйшая школа, 2010. - 386 с. - ISBN 978-985-06-1886-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235708 (08.12.2017).	8	1 – 3		-
Стельмашонок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие / В.А. Стельмашонок, Н.В. Владимирова. - Минск : РИПО, 2015. - 328 с. : ил. - Библиогр.: с. 292-293. - ISBN 978-985-503-531-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463688 (08.10.2016).	8	1 – 3		
Егорова, С.А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С.А. Егорова, Л.В. Белова, В.Г. Петрякова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 258 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233 (08.05.2018).	8	1 – 3		

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.04. 2018)).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.04. 2018)).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 15.04.2018).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).

3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacya.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2018)
11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (28.08.2018)
12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2018)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения лекций (видеопроектор, экран настенный по необходимости). Компьютерный класс (для выполнения компьютерных тестов).

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: отсутствует.

6.4. Требования к программному обеспечению учебного процесса: отсутствуют.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены.

8.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Коллоквиум – беседа преподавателя со студентами с целью выяснения их знаний; научное собрание с обсуждением докладов на определенную тему; форма учебного занятия в старшей школе, целью которого является систематизация, проверка и оценка результатов учебной работы старшеклассников в процессе собеседования по широкому кругу вопросов и творческой реконструкции фактов, раскрывающих содержание учебной темы.

Дискуссия — это групповое обсуждение проблем по заранее заданной теме. Участие в дискуссии обязательно для каждого студента. Студент должен изучить учебную и научную литературу по теме дискуссии, должен быть ориентирован в материале. Оцениваться будет не только степень активности в форуме, но, прежде всего, аргументированная позиция студента относительно поставленного в дискуссии вопроса.

Эссе — это свободное рассуждение студента по заданной теме. Главным критерием оценки эссе является как степень отражения в нем изученного материала, так и оригинальность подхода. Кроме этого не последнюю роль при оценке эссе играет способность студента аргументированно отстаивать свою точку зрения.

Пересечение тем» - сопоставление вновь изученного материала с ранее изученным, выявление сквозной проблематики по фактам, явлениям и процессам.

Работа индивидуально, в малых группах с дальнейшим обсуждением и дискуссией.

Лабораторные занятия предназначены для практического усвоения материала. В традиционной образовательной системе лабораторные занятия требуют специального оборудования, макетов, имитаторов, тренажеров и т.д. Эти возможности в дальнейшем могут существенно упростить задачу проведения лабораторного практикума за счет использования мультимедиа-технологий, имитационного моделирования и т.д.

Лабораторное занятие - это проведение студентами по заданию преподавателя опытов с использованием приборов, инструментов и других технических приспособлений, т. е. это изучение каких либо явлений с помощью специального оборудования. Лабораторные занятия часто носят исследовательский характер.

Метод лабораторных работ состоит в том, что студенты самостоятельно воспроизводят явления, всесторонне наблюдают их ход и течение или что-либо определяют.

Лабораторная работа - это практическое занятие, которое проводится как индивидуально так и с группой студентов.

Целью его является овладение системой средств и методов экспериментально - практического исследования и расширение возможностей использования теоретических знаний для решения практических задач.

Подготовка отчетов по лабораторным работам, рефератов, презентаций и выступление студентов с докладами по определенной теме, во всех случаях предусматривают последующее обсуждение в форме дискуссии.

3.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- чтение лекций с использованием слайд-презентаций
- возможность консультирования обучающихся преподавателями в любое время и в любой точке пространства посредством электронной почты
- компьютерное тестирование

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине
Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине
для промежуточного контроля успеваемости**

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочных средств
1.	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа Физиологические механизмы влияния массажа на организм. Показания и противопоказания к проведению массажа. Виды массажа	ОК-8, 11 ПК- 11,13	Зачет
2.	Характеристика и методы лечебного массажа. Методические особенности, общие показания и противопоказания к проведению лечебного массажа.		
3.	Массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях функциональных систем организма		

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК- 8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать	
		причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья; навыки практической деятельности использования массажа	ОК-8 31
		Уметь	
		- с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний, прогнозировать возможный исход	ОК-8 У1
		Владеть	
		- логикой выбора средств восстановления утраченных функций	ОК- 8 В1
ОК-11	осознанием социальную значимость своей будущей профессии, обладает высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности	Знать	
		- закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека	ОК-11 31
		Уметь	
		-провести экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы	ОК-11 У1
		Владеть	
		- методологией выбора реабилитационных и коррекционных методик массажа, компенсаторных возможностей	ОК-11 В1
ПК-11	знанием закономерностей	Знать	
		- закономерности развития различных	ПК-11 31

	восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием	
		Уметь	
		– сформировать показания и противопоказания при назначении массажа при определенной патологии у конкретного человека;	ПК-11 У1
		Владеть	
ПК-13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций	- Знать	
		механизмы действия массажа и практические навыки выполнения техники при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм	ПК-13 З1
		Уметь	
		– составить рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы	ПК-13 У1
		Владеть	
		-теоретическими знаниями по массажу и практическими навыками проведения лечебного массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм	ПК-13 В1

«Зачтено» – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный

материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Не зачтено» – оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки и неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Не зачтено» – оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он не знает значительной части программного материала, не усвоил его деталей, допускает существенные ошибки и неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ. ОК-8, 11 ПК- 11,13

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (Зачет)

№ п/п	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Понятие о массаже.	ОК-8 31, У 1, В2, ПК-11 3 1,У1,В 3 ПК 13 3 1, У 2,В 2
2	Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению.	ОК-8 31, У 1, В2, ПК-11 3 1,У1,В 3 ПК 13 3 1, У 2,В 2
3	Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.	ОК-8 31, У 1, В2, ОК-11 3 1,У1,В 3 ПК 13 3 1, У 2,В 2
4	Техника и методика выполнения массажных приемов.	ОК-8 31, У 1,В2 ОК-11 31, У 2,В1 ПК 11 32, У1, В3
5	Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм	ОК-8 31, У1, В 3 ОК-11 31, У 1,В 2 ПК-11 31, У2,В 1
6	Техника поглаживания	ОК-8 3 2,У 2, В1,2 ПК-11 3 1,У 1, В2,3 ПК-13 31, У1
7	Техника растирания	ОК 11 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 11 32, У 1, В2 ПК 13 32, У 3, В 2,3

8	Техника разминания	ОК 8 3 2,3 У 2, В 3 ОК 11 32, У 2, В3 ПК 11 31, У2, В3
9	Техника вибрации	ОК 8 3 1, 2 В 2,3 ОК 11 У2, В3 ПК 13 3 2, У 2, В3
10	Массаж при различных заболеваниях и травмах.	ОК 8 31,У 2 В 3 ОК 11 32, У 2,3 ПК 11 31, У 2, В 3
11	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов	ОК 11 31,У 3 В 2 ПК 11 3 2 У 3, В1 ПК 13 32, У 3, В 2,3
12	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях у спортсменов	ОК 8 3 1, У2 В 3 ПК 11 3 1,У2, В3 ПК 13 3 2, У 2, В3
13	Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	ОК 11 3 1,2 У3 В 3 ПК 11 32, У 1, В2 ПК 13 32, У 3, В 2,3
14	Массаж при болезнях органов дыхания.	ОК 8 3 1, У2 В 2 ПК 11 3 2,У2, В3 ПК 13 3 2, У 2, В3
15	Методика проведения массажа. Показания и противопоказания.	ОК 11 3 2 У3 В 3 ПК 11 3 2, У 1, В2 ПК 13 3 2, У 3, В 3
16	Основные понятия и термины массажа	ОК-8 3 1, У 1, В1, ПК-11 3 1,У2,В2 ПК 13 3 1, У 1.В 2
17	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж спины	ОК 8 3 2, У 2, В 3 ПК 11 3 2, У 2, В3 ПК 13 31, У2, В3
18	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж верхних конечностей	ОК 11 3 1, У2,3 В 3 ПК 11 32, У 1, В2 ПК 13 32, У 3, В 2,3
19	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж нижних конечностей	ОК 8 31, У1,В 2 ПК 11 32,У2, В3 ПК 13 3 2, У 2, В3
20	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж шейно-воротниковой зоны	ОК-8 31, У 1, В1, ПК-11 3 1,У1,В2 ПК 13 3 1, У 3, В 2
21	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж груди и живота	ОК 8 3 2 У 2, В 3 ПК 11 32, У 2, В3 ПК 13 31, У2, В3
22	Методика массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОК 11 3 2 У3 В 3 ПК 11 3 2, У 1, В2 ПК 13 3 2, У 3, В 2,3
23	Особенности сегментарно-рефлекторного массажа	ОК 8 3 1, У1,В 2 ПК 11 32,У2, В3 ПК 13 3 2, У 2, В1
24	Лечебно-профилактическое действие массажа у детей и подростков	ОК-8 3 1, У 1, В1, ОК-11 3 1,У1,В2 ПК 13 3 1, В 2

25	Лечебно-профилактическое действие массажа у лиц пожилого возраста	ОК 8 3 2, У 2, В 3 ПК 11 32, У 2, В1 ПК 13 31, У2, В2
----	---	---

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Зачтено – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Зачтено - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Зачтено - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Не зачтено - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.