

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова»
(ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова»)



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по непрерывному образованию
ФГБОУ ВО «ХГУ им.Н.Ф.Катанова»

Адамова М.В. Адамова
« 25 » 09 2019г.

**Дополнительная профессиональная программа
профессиональной переподготовки**

**«Лечебная физическая культура и основные приемы массажа»
260 часов**

Форма обучения
очная

Абакан
2019г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Лечебная физическая культура и основные приемы массажа» имеет своей целью формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимого знания, методических и практических умений и навыков по теории и методике проведения массажа.

Реализация программы профессиональной переподготовки направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности.

Программа разработана с учетом требований ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура» (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 04.12.2015г. № 1426).

1.2. Характеристика нового вида профессиональной деятельности

а) Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу, включает образование, социальную сферу.

б) Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу, являются обучение, развитие, просвещение.

в) Слушатель, успешно завершивший обучение по программе, должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности:

педагогическая деятельность:

-использование технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметных областей;

-обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся во время образовательного процесса.

1.3. Планируемые результаты обучения

Программа определяет минимальный объем знаний и умений, которыми должен обладать выпускник, окончивший программу профессиональной переподготовки.

Слушатель в результате освоения программы в соответствии с требованиями ФГОС ВО направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура» должен обладать следующими компетенциями:

общекультурные компетенции

- ✓ способностью использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве (ОК-3);
- ✓ способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).

общепрофессиональные компетенции

- ✓ способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2);
- ✓ готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3).

профессиональные компетенции

педагогическая деятельность:

- ✓ способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);

Выпускник должен обладать следующими знаниями и умениями:

Код компет енции	Компетенции / Трудовые действия	знать	уметь	владеть
ОК-3	способностью использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве	✓ естественнонаучные и математические знания	✓ рассчитывать оптимальные показатели физического состояния на занятиях физической культуры	---

ОК-9	способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	✓ основные принципы оказания первой доврачебной помощи	✓ воспроизводить алгоритм действий оказания первой доврачебной помощи	✓ способностью проводить реанимационные действия
ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	✓ особенности анатомии и физиологии систем организма человека; ✓ особенности методики ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и повреждениях; ✓ методику и технику выполнения приемов массажа при различных заболеваниях;	✓ использовать теоретические знания об анатомии и физиологии человека в профессиональной деятельности; ✓ использовать различные средства и методы реабилитации лиц, занимающихся физической культурой и спортом; ✓ обосновывать выбор массажной методики и приемов массажа в зависимости от функционального состояния массируемого	✓ способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся; ✓ методикой отбора организационных форм работы и средств проведения занятий ЛФК;
ОПК-3	готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса	✓ психолого-педагогические особенности развития детей с ограниченными возможностями	✓ использовать психолого-педагогические знания и умения, необходимые для успешного решения задач обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся	✓ готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	✓ цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	✓ использовать данные врачебного контроля в практической профессиональной деятельности	✓ методами врачебного наблюдения в практической профессиональной деятельности

1.4. Категория слушателей

Программа рассчитана для лиц, имеющих среднее профессиональное (медицинское) или высшее образование по направлению Физическая культура и спорт.

1.5. Трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе составляет 260 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной работы слушателя и время, отводимое на контроль качества освоения слушателем программы. Обучения проводится в течение 7 месяцев.

1.6. Форма обучения

Очная форма обучения.

Обучение осуществляется на русском языке.

1.7. Режим занятий

При любой форме обучения учебная нагрузка устанавливается не более 54 часов в неделю.

Занятия по субботам проводятся в объеме 8 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование дисциплин	Общая трудо-емкость, час.	В том числе		Семестр	Форма контроля
			лекции	практ. занятия		
1.	Основы анатомии и физиологии человека	20	10	10	1	зачет
2.	Средства и формы, современные методики лечебной физкультуры	42	16	26	1	экзамен
3.	Анатомо-физиологические основы массажа	22	8	14	1	зачет
4.	Лечебный массаж	52	24	28	1	зачет
5.	Особенности детского массажа	12	4	8	2	зачет
6.	Спортивный массаж	68	22	46	2	зачет
7.	Специальная педагогика и психология	22	12	10	2	экзамен
8.	Оказание первой помощи пострадавшим	10	2	8	2	зачет
9.	Врачебный контроль	8	4	4	2	зачет
	Итоговая аттестация	4			2	Междисциплинарный экзамен

2.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план является приложением к данной программе.

2.3. Календарный учебный график

Календарный учебный график формируется в соответствии с учебным планом дополнительной профессиональной программы. Сроки обучения определяются условиями договоров об образовании на обучение по дополнительной образовательной программе. В календарном учебном графике указываются периоды осуществления видов учебной деятельности.

Календарный учебный график является приложением к данной программе.

Доступ к электронной версии календарного учебного графика предоставляется на сайте университета: www.khsu.ru.

2.4. Рабочие программы дисциплин

По всем дисциплинам учебного плана разработаны рабочие программы в соответствии с СТО СК ХГУ Рабочая программа учебной дисциплины (модуля), практики. Структура и форма представления. Версия 5. Рабочие программы учебных дисциплин являются приложением к дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки.

Доступ к электронным версиям рабочих программ дисциплин предоставляется в электронной информационно-образовательной среде университета: <http://ipkdo.khsu.ru>.

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа профессиональной переподготовки на ведение профессиональной деятельности в сфере «Лечебная физическая культура и основные приемы массажа» обеспечена достаточной материально-технической базой, обуславливающей проведение всех видов занятий, которые предусмотрены учебным планом, и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам. Реализация данной программы осуществляется с применением дистанционных технологий. Система дистанционного обучения ИПКиПК (СДО) организована на базе LMS MOODLE. Все помещения укомплектованы мебелью и техническими средствами обучения. Для реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки перечень материально-технического обеспечения включает в себя:

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения

Учебная аудитория	Лекции, практические, текущая и промежуточная аттестация	аудитория оборудована мультимедийным оборудованием для презентаций (компьютер (Windows7/XP, Microsoft Office, проектор, экран, колонки)
Кабинет лечебной физкультуры	практические, текущая и промежуточная аттестация	специализированная аудитория для проведения занятий по лечебной физкультуре и основам массажа
Учебная аудитория (кабинет основ медицинских знаний, кабинет анатомии)	практические, текущая и промежуточная аттестация	аудитория оборудована наглядными пособиями, муляжами и пр. средствами обучения, мультимедийным оборудованием для презентаций

Данная программа обеспечивается научно-педагогическими кадрами университета, имеющими образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины. К образовательному процессу также привлечены квалифицированные специалисты в области ЛФК и массажа.

Использование системы дистанционного обучения предполагает наличие у слушателя компьютера с установленной операционной системой. Необходимым минимальным условием является наличие интернет-браузера и подключение к Интернету. Доступ к СДО ИПК осуществляется через личный кабинет слушателя.

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-методическое обеспечение в полном объеме содержится в рабочих программах дисциплин и в учебных материалах, размещенных в системе дистанционного обучения. Содержание рабочих программ и учебных материалов обеспечивает необходимый уровень и объем образования, а также предусматривает контроль качества освоения обучающимися программы профессиональной переподготовки.

Слушателям и преподавателям обеспечена возможность свободного доступа к фондам учебно-методической документации и Интернет-ресурсам. Все слушатели имеют возможность открытого доступа к вузовской ЭБС на платформе <http://library.ru>, к фондам учебно-методической документации в системе дистанционного обучения ИПКиПК, Интернет-ресурсам и в электронный читальный зал научной библиотеки университета.

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения программы включает текущий, промежуточный контроль и итоговую аттестацию обучающихся. Цель текущего контроля - оценивание хода освоения каждой дисциплины (модулей, разделов). Цель промежуточной аттестации - оценивание уровня учебных достижений слушателя по дисциплинам в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком образовательной программы. Формы текущего и промежуточного контроля, а также критерии оценки знаний слушателей приведены в рабочих программах дисциплин.

Итоговая аттестация слушателя программы профессиональной переподготовки дополнительного профессионального образования «Лечебная физическая культура и основные приемы массажа» является обязательной.

Целью итоговой аттестации является определение соответствия результатов освоения слушателя предъявляемым требованиям. К итоговым аттестационным испытаниям, входящим в состав итоговой государственной аттестации, допускается лицо, успешно завершившее в полном объеме освоение программы профессиональной переподготовки дополнительного профессионального образования

Итоговая аттестация обучающихся по программе профессиональной переподготовки дополнительного профессионального образования «Лечебная физическая культура и основные приемы массажа», проводится в форме итогового междисциплинарного экзамена. Итоговый междисциплинарный экзамен включает в себя основные вопросы дисциплин: Средства и формы, современные методики лечебной физкультуры; Анатомо-физиологические основы массажа; Лечебный массаж; Спортивный массаж; Врачебный контроль.

Итоговый междисциплинарный экзамен проводится в устной форме по билетам. В билете два вопроса. Слушателю дается 40 минут для подготовки ответа. Решение экзаменационной комиссии по приему итогового междисциплинарного экзамена принимается на закрытом заседании простым большинством голосов членов комиссии, участвующих в заседании. Результаты сдачи государственных экзаменов определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно»,

«неудовлетворительно» и объявляются в этот же день после оформления в установленном порядке протоколов заседания экзаменационной комиссии.

Вопросы, включенные в программу итоговой аттестации

1. Общие основы лечебной физической культуры
2. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений
3. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений
4. Формы занятий ЛФК
5. Методика ЛФК при нарушении опорно-двигательного аппарата: растяжение, вывихи, переломы, дефекты в осанке.
6. Методика ЛФК при нарушениях сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы (на одном примере).
7. Основные методы оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения ЛФК
8. Задачи врачебно-педагогического контроля.
9. Комплексная оценка состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности занимающихся.
10. Методы врачебного обследования и функциональные пробы во врачебном контроле
11. Понятие «Массаж»
12. Смазывающие средства при массаже
13. Основные требования к массируемому и массажисту
14. Техника выполнения массажных приемов.
15. Приемы массажа: поглаживание и их виды, растирание и их виды,
16. Разминание, выжимание и их виды,
17. Вибрация, ударные приемы и их виды
18. Методика и техника выполнения приемов «потряхивание», «встряхивание».
19. Влияние массажа на нервную систему
20. Влияние массажа на кожу
21. Влияние массажа на мышечную систему
22. Влияние массажа на суставы, связки и сухожилия
23. Влияние массажа на кровеносную лимфатическую систему
24. Влияние массажа на обмен веществ и дыхательную систему.
25. Особенности и классификация спортивного массажа
26. Особенности спортивного массажа для юных спортсменов
27. Особенности спортивного массажа для женщин
28. Особенности массажа для пожилых людей
29. Самомассаж
30. Восстановительный массаж
31. Предстартовый массаж
32. Разновидности аппаратного массажа
33. Гигиенические основы массажа
34. Частный массаж
35. Общий массаж
36. Парный массаж
37. Общая характеристика гигиенического массажа
38. Общая характеристика косметического массажа
39. Общая характеристика гидромассажа
40. Массаж в бане: виды, техника и особенности.

При осуществлении оценки уровня сформированности компетенций, умений и знаний и выставлении оценки целесообразно использовать аддитивный принцип:

- **оценка «отлично»** выставляется слушателю в том случае, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, логично и последовательно его излагает, в своем ответе тесно увязывает теорию с практикой, свободно справляется с заданиями и вопросами, правильно обосновывает принятые решения, не затрудняется в ответе при видоизменении задания;
- **оценка «хорошо»** выставляется слушателю в том случае, если он грамотно и по существу излагает программный материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопросы, правильно применяет теоретические положения для решения практических вопросов;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется в том случае, если слушатель знает только основной материал, допускает неточности в формулировках, испытывает затруднения в ответе на вопросы и в выполнении практических заданий;
- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется слушателю, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки в ответе на вопросы, с большими затруднениями решает практические вопросы, а также при отказе отвечать на вопросы (билет)

Компетенции	Оценочные средства
<ul style="list-style-type: none"> ✓ способностью использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве (ОК-3); ✓ способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9); ✓ способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2); ✓ готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3); ✓ способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2). 	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фронтальный опрос, вопросы для обсуждения; - практическое задание; - тест (банк тестовых заданий размещен в СДО ИПКиПК). <p>Промежуточная аттестация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вопросы к зачету; - тематика рефератов; - контрольная работа; - вопросы к экзамену; - практическое задание; - тест (банк тестовых заданий размещен в СДО ИПКиПК). <p>Итоговая аттестация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вопросы к междисциплинарному экзамену

6. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ

Обучение по дополнительной профессиональной программе проводится с использованием современных образовательных технологий.

При изучении дисциплины упор делается на формирование у слушателей профессиональных компетенций. Освоение дисциплины способствует достижению слушателями требуемого уровня профессиональной подготовки, при этом основными принципами отбора содержания и организации учебного материала являются: соответствие требованиям ФГОС ВО.

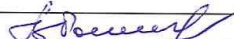
При освоении программы слушателям предоставляется возможность пользоваться ресурсами электронной информационно-образовательной среды университета: электронных библиотечных систем, сайта библиотеки ХГУ, СДО ИПКиПК.

Учебный материал каждой дисциплины разбит на отдельные темы. Каждая тема создает целостное представление об определенной предметной области.


Программой предусматриваются информационные лекции, лекции-презентации. Информационные лекции представляют собой традиционные лекции, создающие у слушателя представление об определенной предметной области. Лекции-презентации направлены на визуализацию представленной информации.

Практические занятия – анализ конкретных ситуаций, решение ситуативных и производственных задач. Задания к практическим занятиям имеют целью закрепить материал по темам дисциплины, а также привить навыки практического использования теоретических знаний. На практических занятиях в аудитории используются интерактивные формы обучения: работа в группе (группового решения задач), методы, с использованием тренировочных упражнений.


7. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

ФИО преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Номер разработанного раздела (темы)	Подпись
Фоминых А.В.	канд. пед. наук	1,2,3,4,5,6	

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления
непрерывного образования
 О.В. Кокова
« 25 » 09 2019г

Директор ИПКиПК
 Т.М. Толмашова
« 25 » 09 2019г

Директор УМЦ
 О.В. Угдыжекова
« 25 » 09 2019г