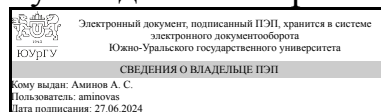


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



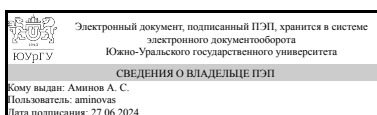
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.О.24 Лечебная физическая культура и массаж
для направления 49.03.01 Физическая культура
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

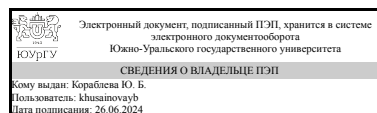
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Ю. Б. Кораблёва

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: сформировать у студентов теоретические знания и практические умения и навыки в области лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа.

Задачи: - изучить теоретические основы ЛФК; - научиться составлять и проводить комплексы лечебной гимнастики при наиболее часто встречающихся заболеваниях и травмах у спортсменов; - освоить основные методы исследования в ЛФК для контроля эффективности проводимых занятий и учета степени влияния физической нагрузки на организм занимающихся; - изучить теоретические основы массажа; - освоить различные приемы классического массажа; - ознакомиться с методикой выполнения массажа различных участков тела.

Краткое содержание дисциплины

Исторические и организационные аспекты ЛФК. Роль и место ЛФК в системе физической реабилитации. Средства, формы и методы ЛФК. Объемы нагрузки в зависимости от периода лечебной физической культуры и режима двигательной активности. Особенности составления комплексов лечебной гимнастики. Методы исследования и контроль эффективности ЛФК. Особенности применения физических упражнений при наиболее часто встречающихся заболеваниях и травмах у спортсменов. Общие сведения о массаже. Анатомо-физиологические и гигиенические основы массажа. Общая методика проведения массажа. Методика выполнения приемов классического массажа и их физиологическое воздействие. Массаж отдельных частей тела.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Знает: методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами, механизмы лечебного действия физических упражнений Умеет: проводить занятия физкультурно-оздоровительной направленности
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Знает: средства и методы профилактики травматизма Умеет: организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; применять физические упражнения и методику массажа для наиболее быстрого и эффективного восстановления после перенесенных заболеваний и травм Имеет практический опыт: проведения и контроля эффективности проводимых восстановительных мероприятий

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
---	---

1.О.18 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, 1.О.32 Методология спортивной тренировки, 1.О.29 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, Учебная практика (ознакомительная) (4 семестр)	1.О.37.01 Полиатлон, 1.О.20 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, 1.О.37.02 Единоборства, ФД.02 Профилактика спортивных травм
---	--

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.29 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом	Знает: технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности Умеет: проводить мероприятия по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом Имеет практический опыт: обеспечения техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом
1.О.18 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	Знает: Законодательство Российской Федерации в части санитарно-гигиенических требований к образовательным организациям, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, общие и специальные санитарно-гигиенические требования при проведении тренировочных занятий; гигиенические средства восстановления; гигиенические принципы закаливания, предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержания; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп Умеет: давать

	обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающихся для сохранения функционального состояния и спортивной формы, выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы; устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах, обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, соблюдение требований к одежде и обуви); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах Имеет практический опыт: измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации
1.О.32 Методология спортивной тренировки	Знает: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; формы и этапы спортивного отбора: особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов, историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных соревнований в избранном виде спорта дисциплин (упражнений) в ИВС; цель, задачи и содержание курса ИВС; технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической подготовки в ИВС; воспитательные возможности занятий ИВС; специфику проведения тренировочных

занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта, федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии, терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС

Умеет: ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов, изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов, определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий

Имеет практический опыт: обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации, проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств базовых

	видов спорта, ИВС
Учебная практика (ознакомительная) (4 семестр)	Знает: формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных и спортивных учреждениях Умеет: проводить физкультурно-спортивные занятия на основе подвижных игр, составлять конспект занятия по физической культуре или виду спорта на основе подвижных игр с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Имеет практический опыт: компьютерной обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности, проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, проведения занятий по совершенствованию физической подготовки, обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии; контроль выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 з.е., 216 ч., 38,75 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		5	6
Общая трудоёмкость дисциплины	216	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	24	12	12
Лекции (Л)	8	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	177,25	89,75	87,5
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по второму разделу дисциплины	27,5	0	27,5
Конспектирование источников специальной литературы	60	30	30
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по первому разделу дисциплины	30	30	0
Подготовка к зачету	29,75	29,75	0

Подготовка к экзамену	30	0	30
Консультации и промежуточная аттестация	14,75	6,25	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основы лечебной физкультуры	12	4	8	0
2	Основы массажа	12	4	8	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-2	1	Исторические и организационные аспекты лечебной физической культуры. Роль и место лечебной физической культуры в системе физической реабилитации. Лечебная физическая культура как метод физической реабилитации. Средства лечебной физической культуры. Формы и методы проведения лечебной физической культуры.	2
3-4	1	Объемы нагрузки в зависимости от периода лечебной физической культуры и режима двигательной активности. Особенности применения физических упражнений при наиболее часто встречающихся заболеваниях и травмах у спортсменов.	2
5-6	2	Общие сведения о массаже: понятие о массаже, история развития массажа, классификация и характеристика разновидностей массажа. Анатомо-физиологические основы массажа: понятие о нервном, гуморальном и механическом факторах в механизме действия массажа, воздействие массажа на нервную систему, кожу, кровеносную и лимфатическую системы, опорно-двигательный аппарат.	2
7-8	2	Гигиенические основы массажа: требования к массажисту, пациенту, месту проведения массажа. Общая методика проведения массажа: правила проведения массажа, показания и противопоказания к массажу, положения массажиста и пациента, особенности выполнения классического массажа.	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-2	1	Особенности составления комплексов лечебной гимнастики: конспект занятия, схема занятия.	2
3-6	1	Составление и проведение комплексов лечебной гимнастики при наиболее часто встречающихся заболеваниях и травмах у спортсменов.	4
7-8	1	Методы исследования и контроль эффективности лечебной физической культуры.	2
9-12	2	Основные приемы классического массажа, их физиологическое действие, разновидности каждого приема, техника выполнения: поглаживание, выжимание, разминание, сотрясающие приемы, растирание, вибрация, ударные приемы, движения.	4
13-16	2	Массаж отдельных частей тела: спины, шеи, верхней конечности, груди, живота, нижней конечности, головы.	4

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по второму разделу дисциплины	ПУМД № 1 (Глава 5, С. 32-47; Глава 6, С. 47-67; Глава 7, С. 67-79; Глава 8, С. 79-83), доп. лит. № 2 (Глава 3, С. 35-89; Глава 4, С. 89-161), ЭУМД №1 (Глава 4, С. 155-246); №6 (Глава 6, С. 76-83); № 7 (Глава 6, С. 129-135); №9 (Глава 6, С. 99-118).	6	27,5
Конспектирование источников специальной литературы	МПСР №1 (Глава 4, С. 12-23; Глава 5, С. 23-61; Глава 6, С. 61-79); ЭУМД №1 (Глава 2, С. 56-76); №6 (Глава 3, С. 34-50, Глава 4, С. 51-64); №7 (Глава 3, С. 62-94; Глава 4, С. 95-114); №9 (Глава 3, С. 44-58; Глава 4, С. 58-69).	6	30
Конспектирование источников специальной литературы	МПСР №1 (Глава 1, С. 5-7; Глава 2, С. 8-10; Глава 3, С. 10-12); ЭУМД №1 (Глава 1, С. 8-47); №6 (Глава 1, С. 4-18, Глава 2, С. 19-34); №7 (Глава 1, С. 11-31; Глава 2, С. 32-52); №9 (Глава 1, С. 8-30; Глава 2, С. 30-44).	5	30
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по первому разделу дисциплины	ПУМД № 1 (Глава 1, С. 7-11; Глава 2, С. 11-15; Глава 3, С. 15-28; Глава 4, С. 28-32), доп. лит. № 2 (Глава 1, С. 13-30; Глава 2, С. 31-34), ЭУМД №1 (Глава 3, С. 77-153); №6 (Глава 5, С. 64-76); № 7 (Глава 5, С. 115-129); №9 (Глава 5, С. 69-99).	5	30
Подготовка к зачету	ПУМД № 1 (Глава 9, С. 83-87; Глава 10, С. 87-98; Глава 11, С. 98-121; Глава 12, С. 121-149), доп. лит. № 2 (Глава 5, С. 162-194; Глава 6, С. 194-223), ЭУМД №1 (Глава 5, С. 246-321); №6 (Глава 7, С. 83-87); № 7 (Глава 7, С. 135-170); №9 (Глава 7, С. 118-124).	5	29,75
Подготовка к экзамену	ПУМД № 1 (Глава 13, С. 149-162; Глава 14, С. 162-182; Глава 15, С. 182-194; Глава 16, С. 194-199; Глава 17, С. 199-202; Глава 18, С. 202-209; Глава 19, С. 209-219; Глава 20, С. 219-227; Глава 21, С. 227-264; Глава 22, С. 264-266), доп. лит. № 2 (Глава 7, С. 223-259; Глава 8, С. 259-326; Глава 9, С. 326-377; Глава 10, С. 377-445; Глава 11, С. 445-464; Глава 12, С. 464-504; Глава 13, С. 504-521), ЭУМД №1 (Глава 6, С. 321-344); №6 (Глава 8, С. 87-97, Глава 9, С. 97-101); № 7 (Глава 10, С. 193-205; Глава 11, С. 205-219; Глава 12, С. 219-231; Глава 13, С. 231-239; Глава 14, С. 239-247; Глава	6	30

	15, С. 247-251); №9 (Глава 8, С. 124-129; Глава 9, С. 129-137; Глава 10, С. 137-142; Глава 11, С. 142-148; Глава 12, С. 148-166; Глава 13, С. 166-172; Глава 14, С. 172-174; Глава 15, С. 174-203).		
--	---	--	--

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	5	Текущий контроль	Задание №1	10	15	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл. Правильная последовательность в комплексе оценивается в 5 баллов	зачет
2	5	Текущий контроль	Задание №2	10	15	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл. Правильная последовательность в комплексе оценивается в 5 баллов	зачет
3	5	Текущий контроль	Задание №3	10	15	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл. Правильная последовательность в комплексе оценивается в 5 баллов	зачет
4	5	Текущий контроль	Задание №4	10	15	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл. Правильная последовательность в комплексе оценивается в 5 баллов	зачет
5	5	Промежуточная аттестация	Зачет	-	3	0 баллов - студент не предоставил ответ 1 балл - студент предоставил ответ на теоретический вопрос 2 балла - студент предоставил ответ на практический вопрос 3 балла - студент предоставил ответ на теоретический и практический вопрос	зачет
6	6	Текущий контроль	Задание №5	10	4	0 баллов – задание не выполнено. Каждое описание рисунка приема - 1 балл	экзамен
7	6	Текущий контроль	Задание №6	10	6	0 баллов – задание не выполнено. Каждое описание рисунка приема - 1 балл	экзамен
8	6	Текущий контроль	Задание №7	10	4	0 баллов – задание не выполнено. Каждое описание рисунка приема - 1 балл	экзамен
9	6	Текущий контроль	Задание №8	10	21	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием из рисунка (всего 21 схема) оценивается в 1 балл	экзамен
10	6	Текущий контроль	Задание №9	10	15	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием из рисунка (всего 15 схем)	экзамен

5. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
6. Шорин, Г.А. Массаж – лечение болезней руками: учебное пособие / Г.А. Шорин, О.Ю. Терентьев, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1998. – 125 с.
7. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Андреева, А.А. Анатомо-биомеханические особенности мышц и суставов и их коррекция с помощью постизометрической релаксации: учебное пособие / А.А. Андреева, Л.И. Михайлова, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 148 с.
2. Шорин, Г.А. Общие основы мануальной технологии: учебное пособие / Г.А. Шорин Г.А., Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 80 с.
3. Основы классического массажа: учебное пособие / Т.И. Попова, В.О. Устюжанина. - Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. - 78 с.
4. Шорин, Г.А. Лечение руками и устройством «Армос»: учебное пособие / Г.А. Шорин, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 138 с.
5. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
6. Шорин, Г.А. Массаж – лечение болезней руками: учебное пособие / Г.А. Шорин, О.Ю. Терентьев, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1998. – 125 с.
7. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. — 4-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2018. — 421 с. https://e.lanbook.com/book/109526
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Лукомский, И. В. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж : учебник / И. В. Лукомский, И. С. Сикорская, В. С. Улащик. — 3-е изд. — Минск : Вышэйшая школа, 2010. — 384 с. https://e.lanbook.com/book/65532
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Калуп, С.С. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа. Массаж : учебное пособие / С. С. Калуп. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 56 с. https://e.lanbook.com/book/169785

4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Доронина, Н.В. Основные приемы массажа : учебное пособие / Н. В. Доронина, Н. С. Коломийцева, Н. Х. Кагазежева. — Майкоп : АГУ, 2020. — 62 с. https://e.lanbook.com/book/171751
5	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Шулепов, В. М. Спортивный массаж : учебное пособие / В. М. Шулепов, С. А. Лобанов. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2010. — 88 с. https://e.lanbook.com/book/49501
6	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Богомоллова, М. М. Лечебный массаж: курс лекций : учебное пособие / М. М. Богомоллова. — Волгоград : ВГАФК, 2018. — 102 с. https://e.lanbook.com/book/158164
7	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 258 с. https://e.lanbook.com/book/155514
8	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Коновалова, Н. Г. Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие / Н. Г. Коновалова. — Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2017. — 448 с. https://e.lanbook.com/book/169603
9	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Коршунов, О. И. Очерки теории и методики массажа : монография / О. И. Коршунов, М. М. Богомоллова. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 214 с. https://e.lanbook.com/book/158073
10	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Пушкарева, М. Т. Основы оздоровительного массажа : учебно-методическое пособие / М. Т. Пушкарева. — Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011. — 99 с. https://e.lanbook.com/book/190147

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	450 (36)	Массажная аудитория. Массажные кушетки, валики, массажеры для проведения точечного инфракрасного и вибрационного массажа, муляжи и плакаты
Практические занятия и семинары	001 (УСК)	Кушетка, зал, оборудование для биомеханического исследования опорно-двигательного аппарата: дорожка, сканер позвоночника, стабилومتر, ростомер, весы-анализаторы, полидинамометр
Самостоятельная	1 (1)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок,

работа студента		колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр.
Лекции	103 (6)	Мультимедийная аудитория
Практические занятия и семинары	437 (36)	Зал ЛФК. Шведская стенка, зеркала, гимнастические скамейки, коврики, гимнастические палки, гантели, эспандеры, мячи, медицинболы, фитболы, скакалки, диски "Здоровье".