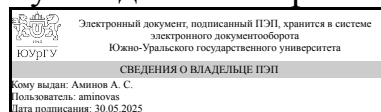


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



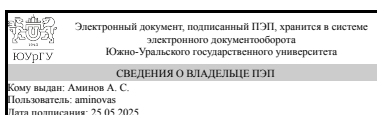
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.О.21 Лечебная физическая культура и массаж
для направления 49.03.01 Физическая культура
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

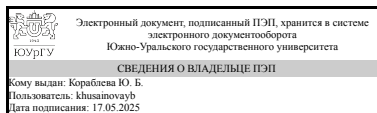
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

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.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, 1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, 1.О.19 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	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.19 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 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Знает: составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; основы организации здорового образа жизни; закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности, требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, приемы оказания первой доврачебной помощи; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся Умеет: использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, формировать навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, формировать потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую

	доврачебную помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом Имеет практический опыт: применения методик оценки физического развития детей и подростков; владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки, способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний
1.О.20 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
Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	Знает: формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных и спортивных учреждениях Умеет: 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, проводить физкультурно-спортивные занятия на основе подвижных игр Имеет практический опыт: 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, компьютерной

	обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности, проведения занятий по совершенствованию физической подготовки, проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 з.е., 216 ч., 38,75 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		6	7
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
Конспектирование источников специальной литературы	60	30	30
Подготовка к зачету	29,75	29,75	0
Подготовка к экзамену	30	0	30
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по второму разделу дисциплины	27,5	0	27,5
Подготовка к практическим занятиям и семинарам по первому разделу дисциплины	30	30	0
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.	2

		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.	
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
Конспектирование источников специальной литературы	МПСП №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).	6	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).	6	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 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).	7	30
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).	7	27,5
Конспектирование источников специальной литературы	МПСП №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).	7	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).	6	30

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	6	Текущий контроль	Задание 1	1	10	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл.	зачет
2	6	Текущий контроль	Задание 2	1	10	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл.	зачет
3	6	Текущий контроль	Задание 3	1	10	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл.	зачет
4	6	Текущий контроль	Задание 4	1	10	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл.	зачет
5	6	Текущий контроль	Задание 5	1	10	0 баллов – задание не выполнено. Каждое упражнение оценивается в 1 балл.	зачет
6	6	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
7	7	Текущий контроль	Задание 6	1	24	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием оценивается в 1 балл.	экзамен
8	7	Текущий контроль	Задание 7	1	23	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием оценивается в 1 балл.	экзамен
9	7	Текущий контроль	Задание 8	1	21	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием оценивается в 1 балл.	экзамен
10	7	Текущий контроль	Задание 9	1	4	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием оценивается в 1 балл.	экзамен
11	7	Текущий контроль	Задание 10	1	3	0 баллов – задание не выполнено. Каждый прием оценивается в 1 балл.	экзамен
12	7	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	5	0 баллов - студент не предоставил ответ ни на один вопрос 1 балл - студент предоставил ответ на 1 теоретический вопрос 2 балла - студент предоставил ответ на 2 теоретических вопроса 3 балла - студент предоставил ответ на 1 теоретический и 1 практический вопрос 4 балла - студент предоставил ответ на 2 практических и 1 теоретический вопрос 5 баллов - студент предоставил ответ на 2 практических и 2 теоретических вопроса	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Зачет проводится в письменной форме. Студенту даются 2 (теоретический и практический) вопроса из списка вопросов к зачету. Время подготовки не более 20 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	
экзамен	Экзамен проводится в письменной форме. Студенту даются 4 (два теоретических и 2 практических) вопроса из списка вопросов к экзамену. Время подготовки не более 30 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на экзамене (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ОПК-4	Знает: методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами, механизмы лечебного действия физических упражнений	+	+	+	+	+	+	+					
ОПК-4	Умеет: проводить занятия физкультурно-оздоровительной направленности	+	+	+	+	+	+	+					
ОПК-7	Знает: средства и методы профилактики травматизма							+	+	+	+	+	+
ОПК-7	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							+	+	+	+	+	+
ОПК-7	Имеет практический опыт: проведения и контроля эффективности проводимых восстановительных мероприятий							+	+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Белая, Н. А. Лечебная физкультура и массаж Учеб.-метод. пособие для мед. работников Н. А. Белая; Ассоц. специалистов кинезитерапии и спорт. медицины и др. - 2-е изд. - М.: Советский спорт, 2004. - 270, [2] с. ил.

б) дополнительная литература:

1. Лечебная физическая культура Справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587, [1] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Человек. Спорт. Медицина Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2016-
2. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-2015

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Основы классического массажа: учебное пособие / Т.И. Попова, В.О. Устюжанина. - Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. - 78 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. Шорин, Г.А. Лечение руками и устройством «Армос»: учебное пособие / Г.А. Шорин, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 138 с.
4. 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.
5. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
6. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в абилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.
7. 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.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Основы классического массажа: учебное пособие / Т.И. Попова, В.О. Устюжанина. - Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. - 78 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. Шорин, Г.А. Лечение руками и устройством «Армос»: учебное пособие / Г.А. Шорин, Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2006. – 138 с.
4. 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.

5. Мутовкина, Т.Г. Основы лечебной физкультуры и физической реабилитации: учебное пособие / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2011. – 78 с.
6. Мутовкина, Т.Г. Телесно-ориентированные техники в реабилитации детей с церебральным параличом: методические рекомендации / Т.Г. Мутовкина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2003. - 75 с.
7. 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.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Лермонтова, Л. Ю. Лечебная физическая культура и массаж : учебно-методическое пособие / Л. Ю. Лермонтова. — Воронеж : ВГАС, 2022. — 128 с. https://e.lanbook.com/book/310388
2	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Хорошева, Т. А. Лечебная физическая культура и массаж : учебно-методическое пособие / Т. А. Хорошева, А. В. Рева. — Тольятти : ТГУ, 2021. — 78 с. https://e.lanbook.com/book/243218
3	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Коновалова, Н. Г. Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие / Н. Г. Коновалова. — Новокузнецк : КГПИ КемГУ, 2017. — 448 с. https://e.lanbook.com/book/169603

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
Лекции	103 (6)	Мультимедийная аудитория
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр.
Практические занятия и семинары	001 (УСК)	Кушетка, зал, оборудование для биомеханического исследования опорно-двигательного аппарата: дорожка, сканер позвоночника, стабилومتر, ростомер, весы-анализаторы, полидинамометр

