

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА (MINOR)

«Инструктор лечебной и адаптивной физической культуры»

**Для кого предназначена:** Дополнительная образовательная программа MINOR «Инструктор лечебной и адаптивной физической культуры» предназначена для студентов всех образовательных программ Major

**Актуальность:** Развитие сферы оздоровительных систем и адаптивной физической культуры и спорта требует нового содержания и скоординированных действий в сфере науки, культуры, образования, направленных на личностно ориентированное отношение к людям разного возраста, имеющим различные нарушения развития, в частности: зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта или инвалидность. Одной из основных задач современного общества по отношению к лицам с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидам является максимальная их адаптация к самостоятельной жизни путем их развития и включения в разнообразную общественно значимую деятельность. Лечебная и адаптивная физическая культура имеет многофункциональную направленность на решение физкультурно-оздоровительных, коррекционных и компенсаторных задач с целью физического развития двигательных умений, психологических качеств, занимающихся адаптивной физической культурой, обеспечивающих адаптацию их к воздействию окружающей среды, обществу и различным видам практической деятельности.

**Обоснование:** Программа регламентирует перечень, объем (трудоемкость) учебных дисциплин и направлена на подготовку специалистов, обладающих знаниями по формированию и использованию средств физической культуры для интерпретации профессиональных умений и навыков в области лечебной и адаптивной физической культуры и нетрадиционных оздоровительных систем. Планируемые результаты обучения направлены на совершенствование профессиональных компетенций специалиста по лечебной и адаптивной физической культуре. Основная задача программы дополнительного образования «Инструктор лечебной и адаптивной физической культуры» направлена на развитие умений применять знания и практические навыки для решения соответствующих задач в качестве инструктора лечебной и адаптивной физической культуры.

**Цель:** Расширить профессиональные компетенции студентов в области лечебной и адаптивной физической культуры, способствующие формированию высокообразованной личности с широким кругозором, способных решать задачи обучения и воспитания в образовательных и коррекционных учреждениях и использовать приемы и технологии здорового образа жизни с учетом различного контингента обучающихся.

Обеспечение студентов профессионально значимыми специальными знаниями, умениями и навыками для организации и управления педагогическим процессом, ориентированным на лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Раскрыть современные методы применения педагогических, реабилитационных и коррекционных технологий для создания благоприятных условий адаптации и социализации лиц с отклонениями в состоянии здоровья. В процессе подготовки специалиста по лечебной и адаптивной физической культуре к решению задач профессиональной деятельности обучающиеся должны овладеть организационно-управленческими, информационно-аналитическими, психолого-педагогическими навыками. В области профессиональной компетентности специалиста по данной дополнительной программе, направлены на развитие и использование современных эффективных средств и методов обучения и управления системой реабилитации, коррекции лиц с ограниченными возможностями с учетом объективных закономерностей и современных требований.

### Описание программы:

1. Программа (Minor) состоит из 3х дисциплин, каждая дисциплина: - 5 кредита, итого обучающийся должен освоит 15 кредитов.

2. Программа (Minor) «Инструктор лечебной и адаптивной физической культуры» не требуют пререквизитов.

3. Количество кредитов для получения степени бакалавра остается неизменным не менее – 240 кредитов.

## Содержание программы:

Наименование дисциплины	Описание дисциплины	Формируемые результаты обучения
Лечебная и адаптивная физическая культура	<p>Курс направлен на формирование у студентов практических навыков применения общих и частных методик лечебной и адаптивной физической культуры. По завершению курса студенты способны понимать компенсаторные возможности и закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека. Демонстрировать знания механизмов лечебного и реабилитационного действия физических упражнений, умения классифицировать средства ЛФК и АФК в процессе разработки комплексов лечебной гимнастики, двигательных режимов с учетом клинических особенностей и сопутствующих дефектов. Студенты смогут практически осуществлять современные стратегии обучения, проводить реабилитационные мероприятия в различных возрастных группах лиц с отклонениями в состоянии здоровья в том числе для лиц с ООП</p>	<p>РОД 1- понимает механизм лечебного и реабилитационного действия физических упражнений на органы и системы человека при различных заболеваниях;            РОД 2 - раскрывает общие медико-биологические основы лечебных физических упражнений, особенности применения методов и средств АФК как фактора восстановления работоспособности и обеспечения активного долголетия;            РОД 3 - интерпретирует медико-биологическое и психолого-педагогическое понимание закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека;            РОД 4 – реализует физкультурно-рекреационные, оздоровительно-реабилитационные, профессионально-прикладные и здоровье-сберегающие задачи в процессе обучения;            РОД 5 – проектирует и оценивает физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития.</p>
Технология массажа	<p>Курс ориентирован на овладение теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, использования общих и частных методик массажа и самомассажа в спортивно-оздоровительной и реабилитационной сферах. В процессе обучения студенты сформируют знания о физиологических механизмах лечебного и реабилитационного влияния основных и вспомогательных приемов массажа, на организм, овладеют общей методикой и техникой массажа. Смогут практически выполнять основные и вспомогательные приемы классического массажа, демонстрировать умения дозировать, составлять план массажа, применять приемы и манипуляции видов массажа с учетом показаний и противопоказаний к массажу отдельных анатомических областей и особенностей при проведении массажа детям, женщинам и лицам пожилого возраста.</p>	<p>РОД 1 – демонстрирует понимание механизма лечебного и реабилитационного действия массажа на органы и системы человека при различных заболеваниях;            РОД 2 – владеет методами выполнять виды массажа по показаниям, в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний;            РОД 3 – способен владеть техникой массажа, выбирать дозировку массажного воздействия, планировать количество, интенсивность воздействия и время проведения процедур;            РОД 4 - демонстрирует последовательность и особенности выполнения основных приемов лечебно-оздоровительного массажа на различных частях тела;            РОД 5 - проводить с занимающимися сеансы массажных процедур для воздействия на организм лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций</p>
Спортивная медицина	<p>Цель курса - сформировать знания, умения и навыки использования средств и методов физической культуры для определения состояния здоровья и тренированности занимающихся физической культурой с помощью диагностической аппаратуры и медико-педагогических тестов. Студенты смогут демонстрировать знания спортивной медицины, анализировать приемы различных методов диагностики функциональной готовности занимающихся, с учетом влияния</p>	<p>РОД 1- демонстрирует современные знания и понимание принципов исследования и оценки функционального состояния систем организма, тренированности и работоспособности занимающихся физической культурой и спортом;            РОД 2 – способен реализовывать умения применять инструментарии методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического развития для внедрения</p>

	<p>физических нагрузок на организм. Применять на практике умения проводить врачебно-педагогические наблюдения, овладеют навыками диагностики и оценивания направленных на определение процесса восстановления работоспособности после выполнения физической нагрузки и вносить коррективы.</p>	<p>индивидуальных программ при различных видах двигательной активности.  РОД 3 - владеет современными методами диагностики функционального состояния, дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем организма и уровнем физической подготовки для коррекцией состояния здоровья, занимающихся;  РОД 4 - способен определять реакцию организма на физическую нагрузку и скорость восстановления после неё, оценивать физическую работоспособность в зависимости уровня физического и функционального состояния обучающихся;  РОД 5- способность анализировать результаты различных методов врачебно-педагогических наблюдений и вносить своевременные коррективы в учебно-тренировочный процесс.</p>
--	--	--