

МАССАЖ

1	Наименование дисциплины	Массаж
2	Содержание дисциплины	Теоретико-методические основы массажа. Техника и методика выполнения приемов массажа. Спортивный массаж. Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях у спортсменов. Массаж как средство оздоровления.
3	Формируемые компетенции	Применять навыки проведения массажа для различных категорий лиц.
4	Результаты обучения	<p>Знать: историю возникновения и этапы развития массажа, место массажа в системе наук и сферы его применения; классификацию видов массажа; механизмы физиологической регуляции массажа, биологические эффекты массажа и факторы, определяющие реакцию организма на массаж; гигиенические и организационно-методические основы массажа; действие массажа на различные системы, органы и ткани организма; показания и противопоказания к проведению массажа; виды спортивного массажа, особенности массажа в отдельных видах спорта; при спортивных травмах;</p> <p>уметь: владеть техникой выполнения различных видов массажа; выполнять различные приемы массажа; правильно строить целевую программу массажной процедуры и реализовывать ее в виде конкретной методики гигиенического и спортивного массажа;</p> <p>иметь навык: выполнения приемов классического массажа; выполнения приемов различных видов спортивного массажа; выполнения массажа при различных травмах и заболеваниях у спортсменов; организации и проведения массажа в процессе учебных занятий, спортивно-педагогической практике, в быту.</p>
5	Семестр обучения, специальность	6, специальности 6-05-1012-01 «Физическая культура»

		6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)», 6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой, спортом и туризмом»
6	Пререквизиты	Для изучения учебной дисциплины «Массаж» необходимы знания по следующим учебным дисциплинам: «Анатомия», «Физиология».
7	Трудоемкость в зачетных единицах	3
8	Количество аудиторных часов	Общее количество часов, отведенное на изучение учебной дисциплины – 90 часов. Формы получения высшего образования: дневная, заочная. Распределение аудиторного времени (40 часов) для студентов дневной формы получения образования: лекции – 4 часа, практические занятия – 36 часов. Распределение аудиторного времени (12 часов) для студентов заочной формы получения образования: лекции – 2 часа, практические занятия – 10 часов.
9	Требования к текущей и промежуточной аттестации	Промежуточная аттестация проводится не менее одного раза в семестр. Основными формами проведения текущей аттестации являются: выполнение УСР, выполнение письменных отчетов, выполнение практических заданий. При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются оценки результатов текущей аттестации студентов. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными. Результаты текущей аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», (не зачтено). Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной. Форма промежуточной аттестации: зачет (6-й семестр).

MASSAGE

1	Name of the discipline	Massage
2	The content of the discipline	Theoretical and methodological foundations of massage. Technique and technique of performing massage techniques. Sports massage. Massage for

		sports injuries and certain diseases in athletes. Massage as a means of healing.
3	Emerging competencies	Apply massage skills to different categories of people.
4	Learning outcomes	<p>to know: the history of the origin and stages of development of massage, the place of massage in the system of sciences and the scope of its application; classification of types of massage; mechanisms of physiological regulation of massage, biological effects of massage and factors determining the body's response to massage; hygienic and organizational and methodological foundations of massage; the effect of massage on various systems, organs and tissues of the body; indications and contraindications for massage; types of sports massage, features of massage in certain sports; in case of sports injuries;</p> <p>be able to: master the technique of performing various types of massage; perform various massage techniques; it is correct to build a targeted program of a massage procedure and implement it in the form of a specific technique of hygienic and sports massage;</p> <p>have a skill: performing classical massage techniques; performing techniques of various types of sports massage; performing massage for various injuries and diseases in athletes; organization and conduct of massage in the course of training, sports and pedagogical practice, in everyday life.</p>
5	Semester of study, specialty	6, specialties 6-05-1012-01 "Physical culture" 6-05-1012-02 "Coaching (with indication of the type of sport)", 6-05-1012-04 "Organization and management of physical culture, sports and tourism»
6	Prerequisites	To study the discipline "Massage", you need knowledge in the following academic disciplines: "Anatomy", "Physiology".
7	Labor intensity in credits	3
8	Number of classroom hours	The total number of hours allotted for the study of the discipline is 90 hours. Forms of higher education: full-time, part-time.

		<p>The distribution of classroom time (40 hours) for full-time students: lectures – 4 hours, practical classes - 36 hours.</p> <p>The distribution of classroom time (12 hours) for correspondence students: lectures – 2 hours, practical classes – 10 hours.</p>
9	Requirements for current and intermediate certification	<p>Intermediate certification is conducted at least once a semester. The main forms of current certification are: performing guided independent work, the implementation of written reports, the implementation of practical tasks.</p> <p>When assessing students' knowledge with marks in points on a ten-point scale, estimates of the results of the current student certification are taken into account.</p> <p>Marks of at least 4 (four) points are positive. Marks 1 (one), 2 (two), 3 (three) are unsatisfactory.</p> <p>The results of the current certification of students in the form of a credit are evaluated with marks "credited", (not credited". The mark "credited" is positive, the mark "not credited" is unsatisfactory.</p> <p>The form of intermediate certification: credit (6th semester).</p>