

Перелік вибіркових дисциплін

ОР бакалавр

Назва кафедри	Кафедра громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної культури
Назва дисципліни	Лікувальна фізична культура та основи фізичної рекреації
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредити (120 годин)
Курс та семестр, де починається дисципліна	4 курс, 7 семестр
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	1 семестр (7)
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	Денна, заочна
Попередні умови	Вивчення дисциплін: Анатомія людини; Фізіологія людини; Основи медичних знань
Назви спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисципліни	Для всіх спеціальностей університету
Короткий опис дисципліни	<p>Вивчення дисципліни «Лікувальна фізична культура та основи фізичної рекреації» спрямоване на визначення механізмів лікувальної дії фізичних вправ та різних форм рухової активності на організм людини, ознайомитися з методами лікувальної фізкультури, методичними принципами призначення ЛФК для різних верств населення</p> <p>Завдання курсу</p> <p>Теоретичні:</p> <ul style="list-style-type: none">– визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя та збереження й зміцнення здоров'я людини.– формування сучасного уявлення про методику лікувальних фізичних факторів; – розвиток розуміння причинно-наслідкових зв'язків між різноманітними фізіологічними процесами і заняттям фізичними вправами;– сформулювати уявлення про закономірності фізичного розвитку, гендерні відмінності та вікові

особливості людей, технології оцінювання рівня рухової активності людини; особливості складання комплексів ЛФК.

Практичні:

- набути вміння використовувати засоби, методи і форми організації фізичної культури для задоволення потреб в активному відпочинкові, відновленні сил, розвагах і вдосконаленні людської особистості;
- оцінювати фізичний розвиток;
- демонструвати виконання сучасних видів ЛФК і оздоровчих технологій;
- складати комплекси ЛФК з урахуванням даних фізичного обстеження.