www.manas.edu.kg

КЫРГЫЗ-ТҮРК "МАНАС" УНИВЕРСИТЕТИ
Спорт илимдери факультети
Дене тарбия жана спорт мугалими бөлүмү
Курстун программасы

Курстун коду	Курстун аты (Кыргызча)	Курстун аты (Түркчө)	Семестр	Апталык саат	Кредит	ECTS
BSÖ-417	СПОРТТУК УКАЛОО	SPOR MASAJI	7	1 + 2	2	3

Курстун деңгээли	Бакалавр
Курстун түрү	Талаптуу
Курстун мугалими	Ага окутуучу Арина Казакбаева
Курстун тили	Кыргызча
Жардамчылар	Ага Окутуучу Arina KAZAKBAYEVA
Аудитория	besio
Курстун максаты	Укалоонун спорттук чеберчиликте колдонуу, ыкмаларын билүү, ар түрдүү ооруларда укалоонун ыкмаларын практикада колдонуу.

Колдонулуучу адабияттар		
	Колдонулуучу адабияттар	**Адабияттын түрү**
1	1.Бирюков.А.А. Лечебный массаж. 2000.	Китеп
2	2.Справочник по массажу. 2ое изд. Гиппократ	Китеп
3	3.Прокофьев. Н.Я. Массаж в клинической практике.	Китеп
4	4.Дембо.А.Г. Спортивная медицина.	Китеп
5	5.Брюкова.А.А. Лечебный массаж. Учебник- М 2000г. 296стр.	Китеп
6	6.Curavlina A.İ. Graevskaya P.D. Spor tıbı ve Fizik tedavi tıp - 1993y.	Китеп

Жетишилчү жыйынтыктар	
1	1) Укалоонун тарыхы, системалары, формалары, жалпы мааниси,таасири жана ыкмаларын талдайт.
2	2) Булчундардын түзүлүшүн. Укалоонун пайдасын жана таасирин так билет.
3	3) Укалоонун талаптарын. Укалоонун ыкмаларын так аткарат.

Курстун планы	
Апта	**Темасы**
1. Апта	Укалоонун аныктамасы жана тарыхы. Булчундардын түзүлүшү жана булчундардын оорун алышы.
2. Апта	Булчундардын түзүлүшү жана булчундардын оорун алышы.
3. Апта	Укалоонун системалары, методдору, формалары жана ыкмалары. Баш, бет, моюн бөлүгүнүн укалоосу.
4. Апта	Спорттук, дарылоо укалоосу.
5. Апта	Массаж жасалбай турган учурлар жана көрсөтмөлөр.
6. Апта	Укалоочуга жана укалоо жайына талаптар. Үстүнкү, аяктын укалоосу.
7. Апта	Массаждын организмге тийгизген физиологиялык таасиринин механизими
8. Апта	Виза
9. Апта	Баш, бет бөлүгүнүн укалоосу
10. Апта	Көкүрөк, курсак бөлүгүнүн укалоосу.
11. Апта	Арка бөлүгүнүн укалоосу.
12. Апта	Үстүнкү, аяктын укалоосу.
13. Апта	Астынкы аяктын укалоосу.

Курстун планы	
14. Апта	Тамандын массажы
15. Апта	Ылдыйкы аяктын негизги нерв талчаларынын массажы
16. Апта	Чекиттик массаж
17. Апта	Дарылоо массажындагы каталары. Балдар массажынын ыкмалары. Спорттук массаждагы каталар.

Баалоо			
Баалоо каражаты	**Саны (даана)**	**Үлүшү (%)**	**Жалпы үлүшү**
Арасынак	1	16	**40**
Тапшырмалар	1	10	
Текшерүү иши	1	8	
Өз алдынча иш	1	6	
Финал сынагы	1	60	**60**