1. ВСТУП ДО КУРСУ «ОСНОВИ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ

ОЗДОРОВЛЕННЯ».......................................................................................

* 1. Поняття «нетрадиційної медицини» й «нетрадиційних методів оздоровлення».................................................................................................
	2. Перелік і короткий опис нетрадиційних методів оздоровлення...................................................................................................

 Контрольні запитання й завдання…………………………………………………..

 Обов'язкова література………………………………………………………………

 Додаткова література………………………………………………………………...

1. ЕНЕРГЕТИЧНА СИСТЕМА ЛЮДИНИ.....................................................
	1. Поняття біополя й біоенергії.......................................................................
	2. Поняття аури та чинники, від яких залежить колір шарів аури………….
	3. Функції аури та методи її зміцнення й оздоровлення................................
	4. Поняття «чакри» (енергетичний центр). Взаємозв'язок чакр із нервовою системою людини.........................................................................
	5. Динаміка енергії в організмі людини...........................................................

Контрольні запитання й завдання…………………………………………………...

Обов'язкова література……………………………………………………………… Додаткова література………………………………………………………………..

1. ОСНОВИ СУДЖОК ТЕРАПІЇ.....................................................................
	1. Історія появи суджок терапії........................................................................
	2. Основні системи відповідності кистей і стоп: пояснення подібності кисті тілу; інь та янь поверхні тіла. Позитиви суджок терапії..............................................................................................................
	3. Лікування за системою суджок: основні етапи пошуку лікувальної

точки; способи стимуляції лікувальних точок……………………..……..

* 1. Показання та протипоказання для застосування суджок

терапії..............................................................................................................

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література………………………………………………………………

Додаткова література………………………………………………………………...

1. ОСНОВНІ ЗАСАДИ РЕФЛЕКСОТЕРАПІЇ................................................
	1. Учення про енергію, меридіани й життєві точки……………. ………….
	2. Фізіологічні механізми давньосхідної рефлексотерапії.............................
	3. Способи знаходження точок акупунктури та їх найменування..................................................................................................
	4. Характеристика класичних меридіанів........................................................

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література……………………………………………………………… Додаткова література………………………………………………………………..

1. ЕЛЕМЕНТИ КАППО ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ ПРИ ДЕЯКИХ

ТРАВМАХ І НЕБЕЗПЕЧНИХ ДЛЯ ЖИТТЯ СТАНАХ............................

* 1. Поняття каппо та історія виникнення цього методу..................................
	2. Суть методу каппо..........................................................................................
	3. Характеристка та вплив прийомів каппо на організм людини............................................................................................................
	4. Опис прийомів каппо при деяких травмах..................................................

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література……………………………………………………………… Додаткова література…………………………………………………………………

1. ОСНОВНІ ЕЛЕМЕНТИ ТРАДИЦІЙНОГО СХІДНОГО МАСАЖУ 6.1 Поняття й основні положення традиційного східного масажу.............................................................................................................
	1. Основні прийоми традиційного східного масажу.....................................
	2. Рекомендації для правильного виконання масажу....................................
	3. Масаж окремих ділянок тіла.........................................................................

Контрольні запитання й завдання…………………………………………………...

Обов'язкова література………………………………………………………………

Додаткова література………………………………………………………………...

1. ОСНОВНІ ЕЛЕМЕНТИ ТАЙСЬКОГО МАСАЖУ…………................. 7.1 Історія розвитку тайського масажу……………………………………… 7.2 Суть методу………………………………………………………………..
	1. Техніка проведення тайського масажу………………………………….
	2. Значення тайського масажу………………………………………………..
	3. Протипоказання щодо проведення тайського масажу………………… Контрольні запитання й завдання………………………………………………….

Обов'язкова література……………………………………………………………..

Додаткова література………………………………………………………………

1. АРОМАТЕРАПІЯ ТА ЇЇ ЗАСТОСУВАННЯ ПРИ ДЕЯКИХ

ЗАХВОРЮВАННЯХ.....................................................................................

* 1. Поняття ароматерапії, історія її розвитку.................................................... 8.2 Методики використання ароматерапії.........................................................
	2. Вплив різних запахів на організм людини...................................................
	3. Ароматерапія та захворювання. Вплив ефірних олій на організм людини (на прикладі ефірної олії лимона)..................................................
	4. Загальні рекомендації щодо застосування ефірних олій............................

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література……………………………………………………………… Додаткова література…………………………………………………………………

1. ЗМІСТ НЕТРАДИЦІЙНОЇ СИСТЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ К.

НІШІ................................................................................................................

* 1. Історія створення системи К.Ніші................................................................
	2. Основи системи К.Ніші.................................................................................
	3. Шість правил здоров'я..................................................................…………

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література………………………………………………………………

Додаткова література…………………………………………………………………

1. ОСНОВНІ ЗАСАДИ ЛІТОТЕРАПІЇ...........................................................
	1. Поняття літотерапії........................................................................................ 10.2 Історія виникнення літотерапії..................................................................... 10.3 Методики й методи лікування камінням.................................................... 10.4 Лікувальні властивості каміння.................................................................... 10.5 Лікувальний вплив різного виду каміння................................................... 10.6 Поради щодо використання каміння...........................................................

Контрольні запитання й завдання…………………………………………………… Обов'язкова література……………………………………………………………….

Додаткова література…………………………………………………………………

1. РІЗНОВИДИ ДИХАЛЬНИХ ГІМНАСТИК................................................
	1. Поняття «пранаями»......................................................................................
	2. Поняття «дихальної гімнастики».................................................................
	3. Дихання за системою К.П. Бутейка (вольова регуляція глибокого

дихання)…………………..............................................................................

* 1. Парадоксальна дихальна гімнастика А.Н. Стрельникової.........................
	2. Система "Калмицька йога"............................................................................

Контрольні запитання й завдання……………………………………………………

Обов'язкова література………………………………………………………………

Додаткова література…………………………………………………………………

1. ОСНОВНІ ЗАСАДИ АЮРВЕДИ………………………………………….

12.1 Поняття аюрведи. Основні положення аюрведи………………………… 12.2 Класифікація хвороб за аюрведою………………………………………...

* 1. Аюрведичні методи лікування…………………………………………….
	2. Позитивний вплив і протипоказання щодо проведення процедури

очищення…………………………………………………………………….

* 1. Принципи екстреної допомоги при загостренні захворювань………….. 12.6 Деякі види аюрведичних процедур………………………………………..

Контрольні запитання й завдання…………………………………………………… Обов'язкова література………………………………………………………………. Додаткова література…………………………………………………………………

СЛОВНИК…………………………………………………………............................