**Форма № Н - 3.04**

**Міністерство освіти і науки України**

**Херсонський державний університет**

Кафедра медицини та фізичної терапії

 “**ЗАТВЕРДЖУЮ**”

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(доцент Гурова А.І.)

“\_\_\_\_\_\_”\_\_\_\_\_серпня\_\_\_\_\_2018 року

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_1.3.7 Масаж\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **галузь знань \_\_\_\_**22 Охорона здоров’я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**спеціальність** \_\_\_\_\_227 Фізична реабілітація\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 **факультет** \_\_\_­­­­\_\_\_\_\_\_\_медичний\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма з масажу для студентів спеціальності 227 Фізична реабілітація

Розробник: Козій Т.П., доцент, к.б.н.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри медицини та фізичної терапії

Протокол від “\_\_ ” серпня 2018 року № \_1\_

 Завідувач кафедри медицини та фізичної терапії

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Гурова А.І.)

# Опис навчальної дисципліни

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування показників  | Галузь знань, напрям підготовки, рівень вищої освіти | Характеристика навчальної дисципліни |
| денна форма навчання | заочна форма навчання |
| Кількість кредитів: денна форма навчання – 6,5;заочна форма навчання – 6,5 | Галузь знань22 Охорона здоров’я  | Нормативна |
| Змістових модулів – 4 | Спеціальність 227 Фізична реабілітація | Рік підготовки |
| 3-й | 3-й |
| Загальна кількість годин: денна форма навчання – 195;заочна форма навчання – 195 | Семестр |
| 5, 6-й | 5, 6-й |
| Тижневих годин для денної форми навчання:аудиторних – 3самостійної роботи студента – 2,7 | Рівень вищої освіти:бакалавр | Лекції |
| 34 год. | 8 год. |
| Лабораторні |
| 68 год. | 20 год. |
| Самостійна робота |
| 93 год. | 167 год. |
| Вид контролю:  |
|  залік, д. залік | залік,д. залік |

*Примітка.*

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить (%):

 для денної форми навчання – 52,3:47,7

 для заочної форми навчання – 14,4:85,6

**Компетентності до навчальної дисципліни «Масаж»**

1. Вільне володіння державною мовою.

2. Здатність виконувати класичний масаж:

- знання форм, видів та класифікації масажу.

- знання критеріїв ефективності масажу.

- володіння технікою виконання основних та допоміжних прийомів масажу з урахуванням ділянки тіла та індивідуальних особливостей клієнта.

- уміння виконувати самомасаж та надавати рекомендації щодо його проведення іншою особою.

3. Здатність виконувати спортивний масаж:

- володіння технікою виконання спортивного масажу з урахуванням етапу спортивного тренування, характеру навантажень, функціонального стану спортсмена.

- уміння проводити безпечний масаж.

4. Здатність виконувати лікувальний масаж при різних нозологіях.

5. Вміти оцінити ефективність масажу та правильно визначати його дозування.

**Очікувані результати навчання**

1. Знати:

- історичні відомості про масаж; школи масажу та їх основні відмінності; обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта і масажиста; засоби догляду за руками масажиста; основні змащувальні засоби; основні принципи масажу;

* показання і протипоказання до проведення масажу; фізіологічну дію прийомів масажу на тканини, органи та організм людини в цілому; методичні вказівки до проведення масажу; прийоми обстеження різних ділянок тіла перед процедурою; положення пацієнта і масажиста при проведені масажу;
* види, форми та техніки проведення основних і допоміжних прийомів гігієнічного і лікувального масажу: погладжування, розтирання, розминання, вібрація; особливості та принципи спортивного і косметичного масажу; нетрадиційні види та методи масажу; особливості проведення самомасажу;

- методичні вказівки, показання та протипоказання до проведення загального масажу та масажу окремих частин тіла (голови, обличчя, шиї, кінцівок, грудей, живота, тулуба); методику і техніку апаратного масажу;

- методику проведення масажу при різних захворюваннях і ушкодженнях опорно-рухового апарату, шкіри, нервової, серцево-судинної, травної, дихальної, сечостатевої та ендокринної систем;

- особливості методик дитячого масажу; показання і протипоказання до масажу; методичні особливості масажу для дітей 1-го року та дітей 1-3 років життя; масаж при підвищеному або зниженому м’язовому тонусі; масаж при кишкових кольках, запорах; масаж при клишоногості та плоскостопості.

2. Вміти:

* діагностувати ознаки захворювань з якими зустрічається масажист у своїй практиці; дотримуватися гігієнічних норм до проведення процедури масажу, до масажиста, пацієнта; вміти доглядати за руками;
* володіти способами і прийомами обстеження різних ділянок тіла перед проведенням процедури; вміти вкладати пацієнта відповідно до методики і форми масажу; налагоджувати психологічний зв'язок з пацієнтом; складати програму масажу; вести відповідну документацію;
* володіти технікою виконання загальноприйнятих основних і допоміжних прийомів гігієнічного і лікувального масажу: погладжування, розтирання, розминання, вібрації та визначати передбачену і непередбачену реакцію різних тканин; вміти вчасно усунути небажані реакції;
* вміти проводити сеанс як загального масажу так і масажу окремих частин тіла, дотримуючись відведеного належного масажного часу; володіти практичними прийомами і технікою апаратного масажу; проводити самомасаж різних частин тіла;

- застосовувати на практиці методики проведення масажу при різних захворюваннях і ушкодженнях опорно-рухового апарату, шкіри, нервової, серцево-судинної, травної, дихальної, сечостатевої та ендокринної систем;

- володіти технікою дитячого масажу відповідно до віку та показань і протипоказань.

#

**Структура навчальної дисципліни**

|  |  |
| --- | --- |
| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин |
| денна форма | заочна форма |
| усього | у тому числі | усього | у тому числі |
| л | п | лаб | інд | с.р. | л | п | лаб | інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| **Змістовий модуль 1**. Основи масажу та техніка виконання основних і додаткових прийомів гігієнічного масажу |
| Тема 1. Історія розвитку масажу, як методу лікування | 2 | 2 |  |  |  |  | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 2. Системи масажу, види та форми масажу | 2 | 2 |  |  |  |  | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 3. Гігієнічні основи масажу | 2 | 2 |  |  |  |  | 6 | 2 |  |  |  | 4 |
| Тема 4. Фізіологіч-ний вплив масажу на органи та системи  | 2 | 2 |  |  |  |  | 8 | 2 |  |  |  | 6 |
| Тема 5. Основні та додаткові прийоми гігієнічного масажу | 6 |  |  | 6 |  |  | 8 |  |  | 2 |  | 6 |
| Тема 6. Самомасаж. | 2 |  |  |  |  | 2 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 7. Банний масаж. | 4 |  |  |  |  | 4 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 8. Нетрадиційні види масажу. | 6 |  |  |  |  | 6 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Разом за змістовим модулем 1 | 26 | 8 |  | 6 |  | 12 | 48 | 4 |  | 2 |  | 42 |
| **Змістовий модуль 2.** Методики гігієнічного масажу окремих ділянок тіла  |
| Тема 1. Масаж спини, голови та шиї | 4 | 2 |  | 2 |  |  | 10 |  |  | 2 |  | 8 |
| Тема 2. Масаж грудей та живота | 2 |  |  |  |  | 2 | 6 |  |  | 2 |  | 4 |
| Тема 3. Масаж верхніх кінцівок | 2 | 2 |  |  |  |  | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 4. Масаж нижніх кінцівок | 2 |  |  | 2 |  |  | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 5. Методика загального масажу | 4 | 2 |  | 2 |  |  | 10 |  |  |  |  | 10 |
| Тема 6. Косметичний масаж. | 2 |  |  |  |  | 2 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 7. Спортивний масаж. | 2 |  |  |  |  | 2 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 8. Апаратний масаж. | 2 |  |  |  |  | 2 | 10 |  |  |  |  | 10 |
| Разом за змістовим модулем 2 | 20 | 6 |  | 6 |  | 8 | 58 |  |  | 4 |  | 54 |
| **Усього годин за семестр** | **45** | **14** |  | **12** |  | **20** | **105** | **4** |  | **6** |  | **95** |
| **Змістовий модуль 3**. Методики масажу при захворюваннях нервової системи та внутрішніх органів |
| Тема 1. Методичні особливості масажу при захворюваннях нервової системи | 18 | 2 |  | 8 |  | 8 | 10 | 2 |  | 2 |  | 6 |
| Тема 2. Методичні особливості масажу при захворюваннях серцево-судинної системи | 18 | 2 |  | 8 |  | 8 | 10 | 2 |  | 2 |  | 6 |
| Тема 3. Методичні особливості масажу при захворюваннях дихального апарату | 14 | 2 |  | 4 |  | 8 | 8 |  |  | 2 |  | 6 |
| Тема 4. Методичні особливості масажу при захворюваннях травного тракту | 10 | 2 |  | 4 |  | 4 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 5. Масаж при захворюваннях сечостатевої системи | 6 |  |  | 2 |  | 4 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 6. Масаж при спланхноптозах | 6 |  |  | 2 |  | 4 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 7. Масаж при порушеннях обміну речовин  | 6 |  |  | 2 |  | 4 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Разом за змістовим модулем 3 | 78 | 8 |  | 30 |  | 40 | 44 | 4 |  | 6 |  | 34 |
| **Змістовий модуль 4**. Методики масажу при травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату та шкіри |
| Тема 1. Методичні особливості масажу при вроджених та набутих деформаціях опорно-рухового апарату | 16 | 2 |  | 8 |  | 6 | 8 |  |  | 2 |  | 6 |
| Тема 2. Методичні особливості масажу при дегенеративно-дистрофічних захворюваннях опорно-рухового апарату | 16 | 4 |  | 8 |  | 4 | 8 |  |  | 2 |  | 6 |
| Тема 3. Методика масажу при травмах опорно-рухового апарату | 14 | 4 |  | 6 |  | 4 | 8 |  |  | 2 |  | 6 |
| Тема 4. Масаж при міальгії та міозиті | 6 | 2 |  | 2 |  | 2 | 6 |  |  | 2 |  | 4 |
| Тема 5. Методичні особливості масажу при ураженнях та захворюваннях шкіри | 4 |  |  | 2 |  | 2 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 6. Антицеллюлітний масаж | 4 |  |  |  |  | 4 | 6 |  |  |  |  | 6 |
| Тема 7. Масаж у дітей 1-3 року життя | 6 |  |  |  |  | 6 | 4 |  |  |  |  | 4 |
| Тема 8. Точковий самомасаж | 6 |  |  |  |  | 6 | 2 |  |  |  |  | 2 |
| Разом за змістовим модулем 4 | 72 | 12 |  | 26 |  | 34 | 46 |  |  | 8 |  | 38 |
| **Усього годин за семестр** | **150** | **20** |  | **56** |  | **74** | **90** | **4** |  | **14** |  | **72** |
| **Усього годин за н.р.** | **195** | **34** |  | **68** |  | **93** | **195** | **8** |  | **20** |  | **167** |

**Змістові модулі навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль № 1. *Основи масажу та техніка виконання основних і додаткових прийомів гігієнічного масажу***

**Лекційний модуль**:

1. Історія розвитку масажу, як методу лікування (2 години).
2. Системи масажу, види та форми масажу (2 години).
3. Гігієнічні основи масажу. Показання та протипоказання до проведення гігієнічного масажу (2 години).
4. Класифікація прийомів масажу та їх фізіологічний вплив на органи та системи організму людини (2 години).

**Лабораторний модуль:**

1. Види і техніка виконання прийомів погладжування та розтирання (2 години).
2. Види і техніка виконання прийомів розминання та вижимання (2 години).
3. Види і техніка виконання прийомів вібрації та рухів (2 години).

**Модуль самостійної роботи** (12 годин)**:**

1. Самомасаж.
2. Банний масаж.
3. Нетрадиційні види масажу.

**Підсумкова тека:** письмовий контрольна робота.

**Змістовий модуль № 2. *Методики гігієнічного масажу окремих ділянок тіла***

**Лекційний модуль**:

1. Масаж окремих ділянок тіла. Масаж тулуба, голови та шиї (2 години).
2. Масаж окремих ділянок тіла. Масаж грудей та живота (2 години).

3. Методика проведення загального масажу (2 години).

**Лабораторний модуль:**

1. Масаж окремих ділянок тіла. Масаж спини, голови та шиї (2 години).
2. Масаж окремих ділянок тіла. Масаж нижніх кінцівок (2 години).
3. Методика проведення загального масажу (2 години).

**Модуль самостійної роботи** (8 годин)**:**

1. Методика проведення масажу верхніх кінцівок.
2. Косметичний масаж.
3. Спортивний масаж.
4. Апаратний масаж.

**Підсумкова тека:** усний колоквіум.

**Змістовий модуль № 3. *Методики масажу при захворюваннях нервової системи та внутрішніх органів***

**Лекційний модуль**:

1. Методичні особливості масажу при захворюваннях нервової системи (2 години).
2. Методичні особливості масажу при захворюваннях серцево-судинної системи (2 години).
3. Методичні особливості масажу при захворюваннях дихального апарату (2 години).
4. Методичні особливості масажу при захворюваннях травного тракту (2 години).

**Лабораторний модуль:**

1. Методика масажу при спастичних і в’ялих паралічах (4 години).
2. Методика масажу при невралгіях і невритах (4 години).
3. Методика масажу при ішемічній хворобі серця (4 години).
4. Методика масажу при гіпертонічній і гіпотонічній хворобі (4 години).
5. Методика масажу при хронічних неспецифічних захворюваннях легень (4 години).
6. Методика проведення масажу при пневмонії (2 години)
7. Методика масажу при хронічному гастриті та виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки (2 години).
8. Методика масажу при колітах і дискінезіях травного каналу (2 години).
9. Методика масажу при порушеннях обміну речовин (4 години).

**Модуль самостійної роботи** (40 годин)**:**

1. Масаж при захворюваннях сечостатевої системи.
2. Масаж при спланхноптозах.
3. Масаж при порушеннях обміну речовин.

**Підсумкова тека:** усний колоквіум.

**Змістовий модуль № 4. *Методики масажу при травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату та шкіри***

**Лекційний модуль**:

1. Методичні особливості масажу при вроджених та набутих деформаціях опорно-рухового апарату(4 години).
2. Методичні особливості масажу при дегенеративно-дистрофічних захворюваннях опорно-рухового апарату (4 години).
3. Методичні особливості масажу при травмах опорно-рухового апарату (4 години).
4. Методичні особливості масажу при міальгії та міозиті (2 години).
5. Методичні особливості масажу при ураженнях та захворюваннях шкіри (2 години).

**Лабораторний модуль:**

1. Методика масажу при порушеннях постави (4 години).
2. Методика масажу при сколіозах (2 години).
3. Методика масажу при плоскостопості (2 години).
4. Методика масажу при артритах (2 години).
5. Методика масажу при артрозах (2 години).
6. Методика масажу при остеохондрозах (2 години).
7. Методика масажу при травмах опорно-рухового апарату (6 годин).
8. Масаж при міальгії та міозиті (2 години).
9. Масаж при ураженнях та захворюваннях шкіри (2 години).

**Модуль самостійної роботи** (34 години)**:**

1. Антицеллюлітний масаж.
2. Особливості дитячого масажу.
3. Точковий самомасаж.

**Підсумкова тека:** тестування.

**АНОТАЦІЇ ЛЕКЦІЙ** З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ **«МАСАЖ»** для студентів ІІІ курсу денної форми навчання спеціальності 227 Фізична реабілітація

**Лекція 1. Історія розвитку масажу, як методу лікування**

Короткі історичні відомості про зародження (Стародавній Китай, Стародавня Індія, Стародавня Греція, Стародавній Рим, Стародавній Єгипет) та розвиток масажу як самостійної дисципліни та методу профілактики і лікування в період Відродження та в сучасну епоху.

**Лекція 2.** **Системи масажу, види та форми масажу**

Системи та школи масажу. Гігієнічний класичний масаж. Лікувальний класичний масаж. Лікувальний рефлекторно-сегментарний масаж: власне сегментарний; сполучнотканинний і періостальний масаж; Су-Джок-терапія; пальцевий джень; лінійний масаж; до-ін масаж; туйна масаж; шиацу масаж.

Особливості проведення самомасажу. Банний масаж. Нетрадиційні види масажу. Косметичний масаж. Спортивний масаж. Методика і техніка апаратного масажу. Баночний масаж.

**Лекція 3. Гігієнічні основи масажу. Показання та протипоказання до проведення гігієнічного масажу**

Гігієнічні основи масажу: обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта; гігієнічні вимоги до масажиста; догляд за руками масажиста.

Показання і протипоказання до проведення масажу. Способи і прийоми обстеження різних ділянок тіла перед проведенням процедури. Взаємозв'язок у роботі масажиста з лікарями. Особливості ведення документації масажиста.

**Лекція 4. Класифікація прийомів масажу та їх фізіологічний вплив на органи та системи організму людини**

Основні принципи проведення масажу: загальні методичні вказівки до проведення масажу; положення пацієнта і масажиста при проведені масажу; кількість сеансів масажних процедур відповідно захворюванню або з профілактичною метою; основні масажні мазі, креми та розтирки.

Основи гігієнічного та лікувального європейського (класичного) масажу Види і методика проведення загальноприйнятих прийомів масажу та їх фізіологічний вплив на організм: погладжування, розтирання, розминання, вижимання, вібрація та рухи. Техніка основних і додаткових прийомів класичного європейського масажу.

**Лекція 5.** **Масаж окремих ділянок тіла. Масаж тулуба, голови та шиї**

Методичні вказівки, показання та протипоказання до проведення масажу окремих частин тіла. Методика проведення масажу спини. Вимоги до проведення масажу спини. Положення пацієнта при виконанні масажу грудей. Положення пацієнта при виконанні масажу живота. Техніка проведення основних та додаткових прийомів масажу при масажі грудей і живота.

Масаж голови, методика виконання, особливості проведення. Масаж обличчя, методика виконання, особливості проведення. Масаж шиї, методика виконання, особливості проведення.

**Лекція 6. Масаж окремих ділянок тіла. Масаж кінцівок**

Методичні вказівки до проведення масажу верхніх кінцівок. Показання та протипоказання. Пасивні рухи при виконанні масажу верхніх кінцівок. Особливості масажу суглобів верхніх кінцівок. Методика масажу кистей.

Методичні вказівки до проведення масажу нижніх кінцівок. Показання та протипоказання. Пасивні рухи при виконанні масажу нижніх кінцівок. Особливості масажу суглобів нижніх кінцівок. Методика масажу стоп.

**Лекція 7. Особливості проведення загального масажу тіла**

Методичні вказівки до проведення загального масажу. Показання та протипоказання. Послідовність виконання загального масажу за різними методиками. Застереження при проведенні загального масажу. Тривалість масажу різних частин тіла у комплексі загального масажу.

**Лекція 8. Методичні особливості масажу при захворюваннях нервової системи**

Фізіологічна дія масажу на нервову систему. Захворювання нервової системи. Протипоказання та показання для проведення масажу. Методика проведення масажу при захворюваннях нервової системи. Помилки при виконанні. Масаж при різних типах невралгії та невритах (міжреберна невралгія, невралгія потиличного нерва, невралгія трійчастого нерва, попереково-крижовий радикуліт, неврит лицьового нерва), методика проведення. Масаж при наслідках порушення мозкового кровообігу. Масаж при дитячому церебральному паралічі (спастичні та в’ялі паралічі). Масаж при травмах периферійних нервів. Масаж при головному білі.

**Лекція 9. Методичні особливості масажу при захворюваннях серцево-судинної системи**

Механізм фізіологічної дії масажу на серцево-судинну систему. Захворювання серцево-судинної системи. Показання та протипоказання. Методика проведення масажу при захворюваннях серцево-судинної системи. Помилки при виконанні. Масаж при гіпертонії. Масаж при гіпотонії. Масаж при стенокардії. Масаж в постінфарктному періоді реабілітації. Масаж при вроджених та набутих вадах серця. Масаж при захворюваннях периферичних судин кінцівок (аблітеруючий ендартеріїт, варикозне розширення вен). Масаж при вегето-судинній дистонії. Масаж при раптовій зупинці серця.

**Лекція 10. Методичні особливості масажу при захворюваннях дихального апарату**

Механізм фізіологічної дії масажу на дихальну систему. Захворювання дихальної системи. Показання та протипоказання. Методика проведення масажу при захворюваннях дихальної системи. Помилки при виконанні. Масаж при пневмоніях, хронічних бронхітах, бронхіальній астмі, емфіземі легень та плевритах. Методика масажу по Кузнєцову. Інтенсивний масаж асиметричних зон грудної клітки. Кріомасаж.

**Лекція 11. Методичні особливості масажу при захворюваннях травного тракту**

Дія масажу на шлунково-кишковий тракт. Захворювання шлунково-кишкового тракту. Показання та протипоказання. Масаж при гастритах з підвищеною та зниженою функцією секреції. Масаж при виразці шлунка та дванадцятипалої кишки. Методика проведення масажу. Помилки при виконанні. Масаж при хронічних спастичних та атонічних колітах і дискинезіях кишкового тракту. Масаж при порушенні моторної функції товстого кишечника. Масаж при гастроптозі. Масаж при геморої.

**Лекція 12.** **Методичні особливості масажу при вроджених та набутих деформаціях опорно-рухового апарату**

Дія масажу на опорно-руховий апарат. Захворювання опорно-рухового апарату. Методичні особливості масажу при вроджених та набутих деформаціях ОРА: дефектах постави, сколіозах, плоскостопості, дисплазії кульшового суглобу, м’язовій кривошиї, клишоногості та артгрипозі.

**Лекція 13, 14. Методичні особливості масажу при дегенеративно-дистрофічних захворюваннях опорно-рухового апарату**

Методика проведення масажу при дистрофічно-дегенеративних захворюваннях ОРА: артриті, остеоартриті, остеохондрозі. Масаж при захворюваннях допоміжного апарату суглобів: тендовагініті, бурситі. Протипоказання та показання для масажу при захворюваннях суглобів.

**Лекція 15, 16. Методичні особливості масажу при травмах опорно-рухового апарату**

Травми опорно-рухового апарату. Протипоказання та показання до масажу при травмах опорно-рухового апарату. Методика масажу при забоях, розтягненні зв'язок суглобів, переломах трубчастих кісток, після оперативного лікування дислокацій суглобів. Методичні особливості масажу при травмах кисті та стопи. Методика масажу при переломі ключиці, лопатки, кісток тазу. Методика масажу при пошкодженні латерального та медіального менісків колінного суглоба. Методика масажу при контрактурах та тугорухливості суглобів. Методика масажу при бурситі, тендовагініті, міозиті, періоститі.

**АНОТАЦІЇ ЛЕКЦІЙ** З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ **«МАСАЖ»** для студентів ІІІ курсу заочної форми навчання спеціальності 227 Фізична реабілітація

**Лекція 1. Системи масажу, види та форми масажу. Гігієнічні основи масажу.**

Системи та школи масажу. Гігієнічний класичний європейський масаж. Лікувальний класичний європейський масаж.

Лікувальний рефлекторно-сегментарний масаж: власне сегментарний; сполучнотканинний і періостальний масаж;

Банний масаж. Спортивний масаж. Косметичний масаж. Баночний масаж. Гідромасаж. Методика і техніка апаратного масажу. Нетрадиційні види масажу. Особливості проведення самомасажу.

Гігієнічні основи масажу: обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта; гігієнічні вимоги до масажиста; догляд за руками масажиста.

Показання і протипоказання до проведення масажу. Способи і прийоми обстеження різних ділянок тіла перед проведенням процедури.

**Лекція 2. Фізіологічний вплив масажу на органи та системи. Основи лікувального європейського класичного і сегментарного масажу**

Основи гігієнічного та лікувального європейського (класичного) масажу Види і методика проведення загальноприйнятих прийомів масажу та їх фізіологічний вплив на організм: погладжування, розтирання, розминання, вижимання, вібрація та рухи. Техніка основних і додаткових прийомів класичного європейського масажу.

Фізіологічна дія сегментарно-рефлекторного масажу. Методика і техніка власне сегментарного масажу: основні та спеціальні прийомі. Показання та протипоказання до сегментарного масажу.

Точковий масаж. Фізіологічний вплив точкового масажу на органи і системи організму людини. Поняття біологічно активних точок (БАТ), їх властивості. Прийоми і методики (гальмівна та стимулююча) точкового масажу. Спеціальні прийоми точкового масажу. Методики точкового масажу при різних захворюваннях.

**Лекція 3. Методичні особливості масажу при захворюваннях нервової системи**

Особливості методик проведення масажу при захворюваннях центральної нервової системи. Масаж при наслідках порушення мозкового кровообігу. Масаж при дитячому церебральному паралічі (спастичні та в’ялі паралічі). Масаж при невритах та пошкодженнях нервової провідності.

**Лекція 4. Методичні особливості масажу при захворюваннях серцево-судинної системи**

Механізм фізіологічної дії масажу на серцево-судинну систему. Захворювання серцево-судинної системи. Показання та протипоказання. Методика проведення масажу при захворюваннях судинної системи. Помилки при виконанні. Масаж при гіпертонії, гіпотонії. Масаж при вегето-судинній дистонії. Масаж при захворюваннях периферичних судин кінцівок (аблітеруючий ендартеріїт, варикозне розширення вен).

**Список використаної літератури:**

1. Бирюков А.А. Лечебный массаж: [учеб. для студентов высших учеб. заведений] / А.А. Бирюков. – М. : Академия, 2004. – 368 с.

2. Бирюков А.А. Спортивный массаж: [учеб. для студ. высш. учеб. заведений] / А.А. Бирюков. – М. : Академия, 2006. – 576 с.

3. Вакуленко Л.О. Атлас масажиста / Л.О.Вакуленко. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2005. – 306 с.

4. Вербов А.Ф. Основы лечебного масажа. Серия. «Медицина для Вас». / А.Ф.Вербов. – С.Петербург: ООО Изд-во: Полигон; Ростов-на-Дону: Изд-во: «Феникс», 2002. – 320 с.

5. Руденко Р. Спортивний масаж : посіб. / Руденко Р. – Львів, 1996. – 105 с.

6. Руденко Р. Спортивний масаж / Р. Руденко. – Львів : Ліга-Прес, 2000. – 100 с. – 966-7483-29-0.

7. Руденко Р. Спортивний масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Вид. 3- тє, допов. – Львів : Ліга Прес, 2008. – 160 с. – 978-966-397-088-0.

8. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 255 с. – 978-966-2328-20-2.

9. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 304 с. – 978-966-2328-51-6.

10. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині : підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : Медицина, 2006. – 286 с. – 966- 8144-22-8.