

**ДРОГОВИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор з науково-педагогічної роботи

В.Л. Шаран

Підпис

26 лютого 2019 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Масаж реабілітаційний**

Назва

Галузь знань	22 Охорона здоров'я
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Статус дисципліни	нормативна
Навчально-науковий інститут	фізичної культури і здоров'я
Кафедра	здоров'я людини та фізичної реабілітації
Мова навчання	українська

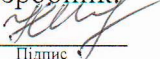
**Дані про вивчення дисципліни**

Форма навчання	Курс	Семестр	Обсяг дисципліни: год / кредити ЄКТС	Кількість годин						Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття					Самостійна робота		Залік	Екзамен
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарські заняття				
Денна	1 *	2	120/4	64	16	–	48	–	56	–	+	–
Заочна	1 *	2	120/4	12	6	–	6	–	108	–	+	–

\* на основі ОКР «Молодший спеціаліст».

Робоча програма складена на основі освітньої програми та навчального плану підготовки бакалавра.

Розробник:

  
Підпис

Грибок Н.М., кандидат педагогічних наук, доцент

Ініціали та прізвище викладача, науковий ступінь та вчене звання

Погоджено керівником групи забезпечення освітньої програми:

  
Підпис

Флюнт І.С., доктор мед. наук, професор

Схвалено на засіданні кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації.

Протокол № 1 від 25 01 2019 р.

Завідувач кафедри  проф. Флюнт І.С.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту фізичної культури і здоров'я.

Протокол № 1 від 31 01 2019 р.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради університету.

Протокол № 2 від 26 02 20 19 р.

## **1. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Навчальна дисципліна “Масаж реабілітаційний” базується на вивченні техніки і методики застосування різних видів масажу, які застосовуються в лікуванні та реабілітації. Тому *метою* вивчення дисципліни масаж реабілітаційний є формування у студентів практичних умінь та навичок проведення реабілітаційного масажу.

## **2. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Передумовами для вивчення дисципліни “Масаж реабілітаційний” є набуті в закладах вищої освіти I-II рівня акредитації знання, уміння та навички з програмових розділів медико-біологічних дисциплін.

## **3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ**

*Згідно з вимогами освітньої програми здобувачі вищої освіти повинні*

**знати:** механізм дії масажу на організм людини та на конкретний орган чи систему; техніку і методику використання основних і допоміжних прийомів масажу при різних захворюваннях, травмах та підготовці спортсменів; методику проведення сегментарно-рефлекторного та лімфодренажного масажу; покази і протипокази щодо проведення масажу.

**вміти:** а) *загальна компетентність:* розуміти проблему, яка розглядається, вміти визначати завдання для її вирішення; вміти працювати з літературою з проблеми; вміти поєднувати теорію з практикою.

б) *компетентність, що відповідає предмету:* застосовувати основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводити сеанс часткового та загального масажу; складати план масажної процедури; застосовувати реабілітаційний масаж при різних захворюваннях і травмах, а також при підготовці спортсменів, використовуючи прийоми класичного масажу; застосовувати сегментарно-рефлекторний та лімфодренажний масажі; розробляти і виконувати програму масажу, оцінювати її одноразовий та курсовий вплив при різних захворюваннях.

## **4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

Оцінювання здійснюється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

**А (90 – 100) – оцінка «відмінно» – «5»** (*відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок*): отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; самостійно розв'язує типові завдання різними способами, комбіновані й нестандартні проблемні завдання, здатний проаналізувати й узагальнити отриманий результат; логічно і послідовно обґрунтовує свої думки; глибоко розкриває суть питання; складає план масажної процедури; застосовує основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводить сеанс часткового та загального масажу; при виконанні практичних навичок масажу дотримується усіх вимог, передбачених програмою курсу; самостійно підбирає методики до застосування реабілітаційного масажу; розробляє і виконує програму масажу, оцінює її одноразовий та курсовий вплив при різних захворюваннях; крім того, його дії відрізняються раціональністю, вмінням оцінювати помилки; виконав усі види навчальної роботи.

**В (82 – 89) – оцінка «добре» – «4»** (*вище середнього рівня з кількома помилками*): отримує здобувач, який виявив глибокі знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає незначні неточності в їх інтерпретації; добре орієнтується в питаннях методики застосування різних видів масажу в реабілітації, проте потребує незначної підтримки для впевненості у власній відповіді; складає план масажної процедури; застосовує основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла; проводить сеанс часткового та загального масажу; при виконанні практичних навичок дотримується усіх вимог, передбачених програмою курсу з уточненням правильності власних дій; здатний самостійно підбирати методики до застосування реабілітаційного масажу при різних

захворюваннях і травмах; розробляє і виконує програму масажу, може оцінити її вплив при різних захворюваннях; вміє оцінювати помилки й аналізувати результати; виконав усі види навчальної роботи.

**С (75 – 81) – оцінка «добре» – «4»** (в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок): отримує здобувач, який виявив міцні знання навчального матеріалу, повно відтворює програмний матеріал, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, проте допускає незначні неточності в їх інтерпретації; на достатньому рівні розкриває суть питання, однак допускає деякі помилки, які сам виправляє; складає план масажної процедури; володіє базовими навичками, необхідними для практичного застосування основних та додаткових прийомів масажу; може самостійно підбирати раціональні методики до застосування реабілітаційного масажу, але не завжди здатний провести аналіз і обґрунтування їх практичного застосування; розробляє і виконує програму масажу, але не завжди може оцінити її вплив при різних захворюваннях; може самостійно виконати роботи в повному обсязі і робити правильні висновки.

**Д (67 – 74) – оцінка «задовільно» – «3»** (непогано, але зі значною кількістю недоліків): отримує здобувач, який виявив недостатньо міцні знання навчального матеріалу, з певними труднощами відтворює програмний матеріал, рідко звертається до матеріалів, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; відчуває труднощі під час складання складає плану масажної процедури; виявляє здатність виконувати деякі прийоми масажу, з труднощами формулює їх назви та способи виконання; може розв'язати найпростіші типові завдання з застосування реабілітаційного масажу; не завжди дотримується вимог та правил щодо розробки програми масажу, допускає певні (неістотні) неточності; при виконанні типових завдань студент допускає помилки; робить висновки, але не розуміє достатньою мірою мету роботи; виконав усі види навчальної роботи.

**Е (60 – 66) – оцінка «задовільно» – «3»** (виконання задовольняє мінімальним критеріям): отримує здобувач, який виявив слабкі знання навчального матеріалу, важко відтворює програмний матеріал, зовсім не спирається на матеріали, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; з труднощами складає план масажної процедури; слабо володіє деякими прийомами масажу, не спроможний самостійно сформулювати назви прийомів, мету, завдання та способи їх виконання; рідко спирається на раніше отримані знання; за сторонньої допомоги здатен розв'язати найпростіші типові завдання з застосування реабілітаційного масажу; виконав більшість із запропонованих видів навчальної роботи.

**ФХ (35 – 59) – оцінка «незадовільно» – «2»** (з можливістю повторного складання): виставляється здобувачеві вищої освіти, який виявив незнання значної частини навчального матеріалу, допускає істотні помилки у відповідях на запитання, не вміє застосувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач, не спирається на матеріали, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; не володіє практичними навичками масажу; не здатен скласти план та програму масажної процедури; при виконанні типових завдань відтворює окремі фрагменти поняття про дисципліну; не виконав усіх видів навчальної роботи.

**Г (1 – 34) – оцінка «незадовільно» – «2»** (з обов'язковим повторним курсом): виставляється здобувачеві, який зовсім не володіє програмним матеріалом та практичними навичками масажу, що ускладнює можливість виконання типових завдань; неправильно відповідає на запитання; не виконав усіх видів навчальної роботи.

## **5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

- контроль знань у вигляді відповідей на практичних заняттях, письмового тестування, співбесіди з лектором;
- перевірка практичних навичок (володіння прийомами масажу);
- контроль засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом;
- самостійна робота;
- залік.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Тема 1. Історія масажу. Системи масажу. Фізіологічні основи масажу.**

Походження масажу. Застосування масажу у Стародавньому Китаї, Індії, Єгипті, Абіссинії, Лівії, Нубії та інших арабських державах. Масаж у Стародавній Греції. Застосування масажу у Древньому Римі. Видатні лікарі Риму. Розвиток масажу в країнах Середньої Азії і Сходу. Розвиток масажу у XVIII-XIX століттях. Система шведського масажу Г. Лінга. Внесок французьких вчених. Російська терапевтична школа. Фізіологічне та наукове обґрунтування масажу. Внесок українських вчених у розвиток масажу. Системи масажу. Вплив масажу на шкіру. Будова шкіри. Фактори впливу на дотикові відчуття. Нервові рецептори шкіри. Зони підвищеної шкірної чутливості (Захар'їна-Геда) та біологічно-активні точки. Вплив масажу на нервову систему. Будова нервової системи. Нервовий центр. Сегментарна інервація внутрішніх органів. Поверхневий та глибокий масаж для збудження і гальмування кори головного мозку. Вплив масажу на лімфатичну та серцево-судинну системи. Лімфообіг. Будова лімфатичної системи. Склад лімфи. Лімфатичні вузли. Масажні напрямки за ходом лімфатичних судин. Велике і мале коло кровообігу. Нервово-рефлекторний, гуморальний та механічний вплив масажу на серцево-судинну систему. Вплив масажу на м'язи. Будова м'яза. Посмуговані м'язи. Розподіл м'язів за функціями. Скелетні м'язи. Скоротливий механізм м'язового волокна. Розслаблення м'язів. Вплив масажу на зв'язково-суглобовий апарат. Вплив масажу на дихальну систему. Дія масажу на гладку легеневу мускулатуру та регуляцію дихання. Вплив масажу на внутрішні органи та рефлексогенні зони. Вплив масажу на обмін речовин, газообмін, видільну функцію. Утворення гістаміну, ацетилхоліну, їхня дія. Вплив масажу на больовий синдром, психоемоційний стан. Вплив масажу на функціональний стан організму.

### **Тема 2. Класифікація масажу. Види, форми і методи масажу. Гігієнічні вимоги до проведення масажу.**

Види масажу. Спортивний масаж: мобілізаційний і відновний. Реабілітаційний масаж: загальний і локальний. Лікувальний масаж: класичний, сегментарно-рефлекторний, точковий, періостальний, сполучнотканинний. Гігієнічний масаж. Косметичний масаж: гігієнічний, пластичний, лікувальний. Форми масажу. Загальний масаж. Локальний масаж. Парний масаж. Взаємний масаж. Методи масажу. Ручний (мануальний) масаж. Апаратний масаж: вібромасаж, пневмомасаж, гідромасаж. Комбінований масаж. Ножний масаж. Гігієнічні вимоги до масажного кабінету. Обладнання масажного кабінету. Масажні столи (різні конструкції). Змащувальні засоби. Вимоги до масажиста та пацієнта. Гігієна рук масажиста. Вимоги до пацієнта. Правильне положення тіла під час масажу. Режим роботи спеціаліста з масажу. Робочий день. Норма часу на масаж. Масажна одиниця. Норма навантаження. Документація масажного кабінету. Журнал реєстрації пацієнтів. Картотека лікувальних методик, звіти.

### **Тема 3. Техніка масажу. Призначення масажу. Проведення процедури масажу.**

Техніка класичного масажу. Прийоми. Класифікація масажних прийомів за якісними характеристиками. Глибина впливу. Ділянка кисті, якою виконується прийом. Напрямок руху рук. Кількість рук, що виконують прийом. Кривизна поверхні, яка підлягає масажу. Контакт рук з масажованою ділянкою. Характер впливу на масажовані тканини. Класифікація масажних прийомів за кількісними характеристиками. Зусилля (міра механічного впливу), затрачені на виконання прийому. Швидкість виконання окремих рухів. Тривалість (час, затрачений на виконання прийому). Амплітуда. Класифікація прийомів масажу. Основні та допоміжні. Призначення процедури масажу лікарем. Визначення ділянки масажу, методики і дозування. Реєстрація в історії хвороби. Підготовка до масажу. З'ясування анкетних даних. Знайомство з діагнозом. З'ясування скарг, самопочуття, супутніх захворювань, індивідуальних особливостей. Оцінка вихідного рівня клінічних проявів захворювання. Огляд хворого масажистом. Огляд шкіри. Виявлення зон больової чутливості

(Захар'їна-Геда), больових точок, біологічно-активних точок. Стан лімфатичних вузлів. Стан судин. Стан м'язів. Стан суглобів. Стан нервових стовбурів. Проведення процедури масажу. Уточнення ділянки масажу. Складання комплексів масажних прийомів, їх послідовність, дозування. Методи проведення процедури масажу. Процедура масажу: підготовчий, основний і заключний періоди. Тривалість процедури та курсу масажу. Умови, що забезпечують правильне виконання масажу. Показання до призначення масажу. Протипоказання до призначення масажу (постійні і тимчасові).

#### **Тема 4. Класичний масаж. Види та техніка виконання прийомів погладжування, розтирання, розминання і вібрації.**

Фізіологічний вплив погладжування. Види та техніка виконання основних прийомів погладжування: площинне і охоплююче. Глибоке та поверхнєве. Виконання прийому долонною, тильною поверхнею кисті, ліктьовим та променевим краєм. Напрямок руху: прямолінійний, колоподібний. Виконання однією, двома руками, послідовно, паралельно, одна на одній. Безперервні та перервні рухи. Види та техніка виконання додаткових прийомів погладжування: щипцеподібне, граблеподібне, гребенеподібне, хрестоподібне погладжування, гладження. Практичні рекомендації щодо проведення погладжування. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні погладжування. Фізіологічний вплив розтирання. Види та техніка виконання основних прийомів розтирання: розтирання пальцями, долонною поверхнею кисті, кулаком, опорною частиною кисті, ліктьовим краєм кисті. Види та техніка допоміжних прийомів розтирання: штрихування, стругання, гребенеподібне, щипцеподібне розтирання, пиляння, пересікання, граблеподібне розтирання. Практичні рекомендації щодо проведення розтирання. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні розтирання. Фізіологічний вплив розминання. Види та техніка основних прийомів розминання: поздовжнє і поперечне. Види та техніка додаткових прийомів розминання: валяння, накочування, зміщення, розтягування, натискування, щипцеподібне розминання, посмикування, стискання, гребенеподібне розминання. Практичні рекомендації щодо проведення розминання. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні розминання. Фізіологічний вплив вібрації. Види та техніка основних прийомів вібрації. Безперервна та перервна вібрації. Безперервна: стабільна і лабільна. Додаткові прийоми безперервної вібрації: стрясання, струшування, підштовхування, потрушування. Основні прийоми перервної вібрації: пунктування, поколювання, поплескування, рубання, шмагання. Практичні рекомендації щодо проведення вібрації. Основні помилки, що можуть зустрічатися при проведенні вібрації.

#### **Тема 5. Техніка виконання масажу ділянки спини, шиї, грудної клітки та живота.**

Положення пацієнта. Положення масажиста. Техніка виконання погладжування ділянки спини; напрямки рухів; види погладжування. Техніка виконання розтирання ділянки спини; види розтирання. Техніка виконання розминання ділянки спини; види розминання. Техніка виконання вібрації ділянки спини. Практичні рекомендації щодо проведення масажу спини. Техніка виконання погладжування ділянки шиї. Техніка виконання розтирання ділянки шиї. Техніка виконання розминання ділянки шиї. Техніка виконання вібрації ділянки шиї. Практичні рекомендації щодо проведення масажу шиї. Техніка виконання погладжування ділянки грудної клітки. Техніка виконання розтирання грудної клітки. Техніка виконання розминання грудної клітки. Техніка виконання вібрації грудної клітки. Практичні рекомендації щодо проведення масажу ділянки грудних залоз. Масаж передньої черевної стінки. Види погладжування; напрямки рухів. Види розтирання. Види розминання. Різновиди вібрації. Масаж органів черевної порожнини. Масаж шлунка. Масаж кишечника. Масаж печінки. Масаж жовчного міхура. Масаж ділянки сонячного сплетення. Практичні рекомендації щодо проведення масажу живота. Показання до призначення масажу ділянки живота.

## **Тема 6. Техніка виконання масажу верхніх і нижніх кінцівок. Техніка виконання загального масажу.**

Положення хворого. Послідовність масажу верхньої кінцівки. Підготовчий масаж. Види погладжування. Напрямок рухів. Масаж кисті. Масаж пальців. Масаж п'ястка і зап'ястка: тильної і долонної поверхні. Положення кисті. Різновиди прийомів. Активні та пасивні рухи в суглобах. Масаж променезап'ясткового суглоба. Різновиди прийомів. Активні та пасивні рухи. Масаж передпліччя. Положення пацієнта. Види погладжування. Види розтирання. Види розминання. Послідовність розминання м'язів. Види вібрації. Масаж ліктьового суглоба. Масаж задньої поверхні суглоба. Масаж передніх та бічних поверхонь. Різновиди прийомів. Активні та пасивні рухи в суглобі. Масаж плеча. Види погладжування. Види розтирання. Види розминання. Послідовність розминання м'язів. Види вібрації. Масаж плечового суглоба. Положення хворого. Масаж передньої, задньої, нижньої поверхні суглоба. Масаж суглобової сумки. Практичні рекомендації щодо проведення масажу верхніх кінцівок. Положення пацієнта та масажиста. Напрямок масажних рухів. Підготовчий масаж. Площинне погладжування. Глибоке погладжування. Послідовність виконання. Масаж стопи. Види погладжування. Види розтирання. Види розминання. Види вібрації. Масаж гомілково-стопного суглоба. Масаж передньої, бічних та задньої поверхонь суглоба. Різновиди прийомів. Активні та пасивні рухи. Масаж гомілки. Види погладжування. Види розтирання. Види розминання. Послідовність розминання м'язів. Види вібрації. Точковий масаж в місцях виходу нервів. Масаж колінного суглоба. Масаж передньої, бічної та задньої поверхні суглоба. Положення пацієнта. Різновиди прийомів. Масаж стегна. Положення пацієнта. Види погладжування. Види розтирання. Види розминання. Послідовність розминання м'язів. Масаж чотириголового м'яза стегна. Масаж кравецького м'яза. Масаж м'язів присереднього відділу стегна. Масаж м'язів заднього відділу стегна. Види вібрації. Масаж сідничної ділянки. Різновиди прийомів. Масаж кульшового суглоба. Ділянка масажу. Різновиди прийомів. Практичні рекомендації щодо проведення масажу нижніх кінцівок. Положення пацієнта та масажиста. Послідовність проведення масажу. Показання та протипоказання до проведення загального масажу. Методичні вказівки до проведення загального масажу. Види і прийоми масажу, дозування прийомів, повторюваність впливу, тривалість масажу окремих ділянок. Тривалість процедури загального масажу.

## **Тема 7. Сегментарно-рефлекторні системи масажу.**

Сегментарна будова тіла. Сегменти. Виявлення рефлекторних змін на шкірі. Розташування рефлекторних сегментарних змін у тканинах при різних захворюваннях. Зони Захаріна-Геда. Прийоми сегментарного масажу. Сверління. Піла. Площинне сегментарне погладжування обома руками. Поясне сегментарне погладжування однією або обома руками при однобічній лінії. Дія на нижні і верхні кінцівки. Виделка. Штрихування «виделкою». Колоподібний рух «виделкою». Вплив на проміжки між остистими відростками хребців. Зрушування від себе. Зрушування на себе. Розтягування. Натискання. Подвійний кільцевий щипцеподібний прийом. Переміщення. Вплив на навколлопаткову ділянку. Струс таза. Розтягання грудної клітки. Загальні рекомендації при проведенні сегментарного масажу. Показання до проведення сегментарного масажу. Побічні реакції при сегментарному масажі.

## **Тема 8. Методика і техніка виконання лімфодренажного масажу.**

Лімфатичні капіляри. Лімфатичні судини. Лімфатичні стовбури. Лімфатичні протоки. Відтік лімфи від верхньої кінцівки. Відтік лімфи від органів грудної порожнини. Відтік лімфи від молочної залози. Відтік лімфи від органів черевної порожнини. Відтік лімфи від органів тазу і зовнішніх статевих органів. Відтік лімфи від нижньої кінцівки. Фізіологічна дія лімфодренажного масажу на організм. Покази та протипокази до проведення лімфодренажного масажу. Методика виконання лімфодренажного масажу. Техніка виконання лімфодренажного масажу шиї та грудної клітки. Техніка виконання лімфодренажного масажу живота. Техніка виконання лімфодренажного масажу верхньої кінцівки. Техніка виконання лімфодренажного масажу нижньої кінцівки. Техніка виконання лімфодренажного масажу спини.



## **ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

1. Історія масажу. Системи масажу.
2. Фізіологічні основи масажу.
3. Класифікація масажу. Види масажу.
4. Класифікація масажу. Форми і методи масажу.
5. Гігієнічні вимоги до проведення масажу. Масажний кабінет і його устаткування.
6. Гігієнічні вимоги до масажиста і пацієнта.
7. Техніка масажу.
8. Призначення масажу. Проведення процедури масажу.
9. Види та техніка виконання прийомів погладжування.
10. Види та техніка виконання прийомів розтирання.
11. Види та техніка виконання прийомів розминання.
12. Види та техніка виконання прийомів вібрації.
13. Техніка виконання масажу ділянки спини.
14. Техніка виконання масажу ділянки шиї.
15. Техніка виконання масажу грудної клітки.
16. Техніка виконання масажу ділянки живота.
17. Техніка виконання масажу верхніх кінцівок.
18. Техніка виконання масажу нижніх кінцівок.
19. Техніка виконання загального масажу.
20. Сегментарно-рефлекторні системи масажу.
21. Прийоми сегментарного масажу.
22. Прийоми сегментарного масажу.
23. Лімфодренажний масаж. Будова лімфатичної системи. Відтік лімфи від органів і ділянок тіла.
24. Методика і техніка виконання лімфодренажного масажу.

## **7. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

Самостійна робота студента з дисципліни містить: опрацювання теоретичного матеріалу; підготовку до практичних занять, підготовку до семестрового заліку.

- Підготувати доповіді на тему “Життєвий і творчий шлях засновника класичного масажу – І.В. Заблудовського”. “Наукова діяльність В.М. Бехтерева, С.П. Боткіна, В.А. Манасеїна”, “Внесок українських вчених в розвиток масажу”.
- Опрацювати питання “Чутливість шкіри в різних ділянках тіла людини (зони Захар’їна-Геда”.
- Опрацювати питання “Лінійний масаж”.
- Опрацювати питання “Апаратні пристосування у вібромасажі. Їх характеристика”.
- Опрацювати питання “Засоби, що застосовуються для масажу (креми, гелі, мазі)”.
- Опрацювати питання “Гімнастика для рук масажиста”. Скласти комплекс вправ для підвищення сили та поліпшення координації рухів рук масажиста.
- Визначити основну різницю у техніці виконання погладжування, розтирання, розминання і вібрації.
- Скласти алгоритм діяльності спеціаліста з масажу із моменту поступлення хворого на лікування до закінчення роботи з ним.
- Визначити роль погладжування у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання погладжування.
- Визначити роль розтирання у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання розтирання.
- Визначити роль розминання у різних системах масажу. Удосконалити техніку виконання розминання.

- Визначити вміст прийому вібрації у сеансі масажної процедури. Удосконалити техніку виконання вібрації.
- Удосконалити техніку виконання масажу ділянки спини. Підготувати доповідь на тему «Використання різноманітних методик при масажі спини».
- Удосконалити техніку виконання масажу ділянки шиї.
- Удосконалити техніку виконання масажу грудної клітки.
- Удосконалити техніку виконання масажу живота та органів черевної порожнини.
- Удосконалити техніку виконання масажу верхніх кінцівок.
- Удосконалити техніку виконання масажу нижніх кінцівок.
- Удосконалити техніку виконання загального масажу.
- Опрацювати питання “Різновиди сегментарного масажу”. Навчитися визначати ділянки сегментарно-рефлекторного масажу.
- Удосконалити техніку сегментарного масажу.
- Підготувати доповідь на тему “Сегментарний масаж в лікуванні та реабілітації різних захворювань”.
- Удосконалити техніку лімфодренажного масажу. Підготувати доповідь на тему “Лімфодренажний масаж у реабілітації”.
- Удосконалити способи проведення лімфодренажного масажу.

## 8. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Засвоєння студентами теоретичного матеріалу з дисципліни перевіряється шляхом усного опитування, письмового тестування, оцінки умінь студентів складати алгоритм масажної процедури, умінь застосовувати методи та прийоми масажу, самостійної роботи, співбесіди з лектором та заліком.

Розподіл 100 балів між видами робіт:

Семестр – II	
Відповіді на практичних заняттях й тестовий контроль	30
Контроль практичних навичок	30
Самостійна робота	30
Співбесіда з лектором	10
Всього балів	100

**Поточна успішність** (max = 100) складається з балів, отриманих на *практичних заняттях* (90 балів) та співбесіди з лектором (10 балів).

Загальний бал (90 балів) поточної успішності оцінюється в традиційних оцінках «5», «4», «3», «2». Традиційні оцінки конвертуються в бали за формулою:

$$x = \frac{A}{n} \cdot \frac{K}{5}, \text{ де}$$

**K** – максимальна кількість балів, які студент може отримати за усні відповіді, чи тестовий контроль упродовж вивчення змістового розділу;

**A** – сума усіх поточних оцінок за чотирибальною шкалою при вивченні тематичного розділу, включаючи оцінки «2», **n** – кількість цих оцінок (не менше трьох за семестр).

$\frac{A}{n}$  – середня оцінка за усні відповіді чи тестовий контроль. Кількість балів **x** заокруглюють до цілих. Якщо середня оцінка поточного контролю менша за 2.5, то **x** = 0.

Співбесіда з лектором (10 балів) передбачає усні відповіді на запитання з навчальної дисципліни.

Оцінка виставляється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

Підсумковим контролем оцінювання знань студентів є залік, який проводиться наприкінці II-го семестру. Залік отримують студенти, що виконали всі види робіт, які були



передбачені робочою програмою, та набрали кількість балів, не меншу за 60. Залік не передбачає обов'язкову присутність студентів.

Залік за талоном №2 і перед комісією проводиться в усній формі з оцінюванням за стобальною шкалою.

## **9. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ, ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**

Не передбачено

## **10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

### **Рекомендована література**

#### **а) основна**

1. Алексеев О.І. Массаж : навчальний посібник для студентів ВНЗ, масажистів, лікарів та спеціалістів з фізичної реабілітації / О.І. Алексеев. – Дрогобич : Вимір. – 2004. – 495 с.
2. Белоголовский Г. Пособие по массажу. – М. : Изд-во : Йокнеам иллит, 2008. – 755 с.
3. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж / Л.О. Вакуленко, Г.В. Прилуцька, Д.В. Вакуленко. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2005 – 448 с.
4. Васичкин В.И. Большой справочник по массажу. – СПб.: Невская книга, М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 448 с, илл.
5. Васичкин В.И. Энциклопедия массажа. – М. : АСТ- ПРЕСС, 2001. – 656 с.
6. Дубровский В.И. Массаж : Учеб. для сред. и высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 496 с.
7. Куничев Л.А. Лечебный массаж. Практическое руководство. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1981. – 328с.
8. Латогуз С. И. Руководство по технике массажа и мануальной терапии. Изд. 2-е перераб. Ростов н/Д: «Феникс». Харьков: «Торсинг», 2002. – 512с.
9. Основи медичної та соціальної реабілітації в медсестринстві : навч. посіб / [Л. О. Вакуленко, І. Р. Мисула, Л. В. Левицька, Д.В. Вакуленко та ін.]; за заг. ред Л.О. Вакуленко – Тернопіль: ТДМУ, 2015. – 444 с.
10. Поддер Т. Массаж. Полное руководство: Пер. с англ. Н. Скоробогатова. – Харьков: Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2007. – 320 с.

#### **б) додаткова**

11. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж. Учебно-методическое пособие для мед. работников. – Москва: «Советский спорт», 2001. – 271с.
12. Коляденко Г.І. Анатомія людини: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – 384 с.
13. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олімпійська література, 2009. – 486 с.
14. Нетрадиционная медицина. – Пер. с англ. – Харьков: Книжный клуб «Клуб Семейного Досуга», 2003. – 320 с.
15. Оржешковський В.В., Чопчик Д. І. Лікувальний масаж. – К.: Здоров'я, 1978. – 176с.
16. Устименова С.В. Точечный массаж и древние восточные методики. – М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2004. – 192 с.
17. Фокин В.Н. Полный курс массажа: Учебное пособие. – 2-е изд, исмпр. И доп./ В.Н. Фокин. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 512 с.
18. Фізіотерапевтичні та фізіопунктурні методи і їх практичне застосування: Навчально-методичний посібник / Самосюк І.З., Парамончик В.М., Губенко В.П. та ін. – К.: Альтерпрес, 2001. – 316 с.
19. Энциклопедия массажа от А до Я: Пер. с англ. З. Слоботкиной. – Харьков: Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2007. – 384с.

#### **в) методичне забезпечення**

20. Грибок Н.М. Массаж : методичні матеріали до практичних занять [для студентів напряму підготовки: 6.010203 „Здоров'я людини” / Н.М. Грибок – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. Івана Франка. – 2017. – 110 с.

21. Журавчак А.І. Массаж : методичні рекомендації до проведення занять для студентів 7.010202 “Фізична реабілітація” / А.І. Журавчак, О.Г. Матрошилін. – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. Івана Франка. – 2007. – 80 с.

г) інформаційні (електронні) ресурси

Школа здоров'я: [www.sport-health.com.ua](http://www.sport-health.com.ua)

<http://www.massage.ru>

<http://massag-m.narod.ru>

<http://www.kid.ru/massaz/>

<http://massage.ua/o-massaje/>

<http://zdorovyj-pozvonochnik.info/knigi-o-massazhe>

[www.bookmed.com](http://www.bookmed.com)

[www.zdorow.com](http://www.zdorow.com).

[www.nbu.gov.ua](http://www.nbu.gov.ua)

[www.likar.uz.ua](http://www.likar.uz.ua)