



Міжнародний гуманітарний університет
Факультет медицини та громадського здоров'я
Кафедра загально-медичних наук

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Методика та техніка класичного та лікувального масажу

Галузь знань	<u>22 «Охорона здоров'я»</u>
Спеціальність	<u>227 «Фізична терапія, ерготерапія»</u>
Назва освітньої програми	<u>Фізична терапія, ерготерапія</u>
Рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський) рівень</u>

Розробники і викладачі	Контактний тел.	E-mail
Викладач Гулуєв Відаді Ніязович	067-317-16-77	vidadigggg@ gmail.com

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Методика та техніка класичного та лікувального масажу - це освітня дисципліна спрямована на ознайомлення студентів з базовими знаннями щодо використання масажу в оздоровчій та лікувальній практиці й навчити техніці прийомів класичного масажу та методикам їх виконання, формування у студентів теоретичних знань та отримання практичних навичок з організації та проведення процедур лікувального, реабілітаційного масажу та мануальної терапії при різних патологічних станах. Обсяг дисципліни – 10 кредитів ЄКТС.

Основні теми: теоретичні основи класичного масажу; методики загального, локального масажу, самомасаж; методики лікувального масажу при переломах кісток; лікувальний масаж та мануальна терапія при порушеннях хребта та суглобів;

лікувальний масаж при спастичних та в'ялих паралічах; лікувальний масаж при захворюваннях нервової, серцево-судинної та дихальної систем.

Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю, заліку та екзамену.

Мета навчальної дисципліни – ознайомлення студентів з базовими знаннями щодо використання масажу в оздоровчій та лікувальній практиці й навчити техніці прийомів класичного масажу та методикам їх виконання, формування у студентів теоретичних знань та отримання практичних навичок з організації та проведення процедур лікувального, реабілітаційного масажу та мануальної терапії при різних патологічних станах.

Статус навчальної дисципліни: обов'язкова.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни: успішне опанування такими навчальними дисциплінами на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Анатомія людини», «Фізіологія», «Біомеханіка», «Основи медичних знань», «Теорія та методика фізичного виховання», «Біохімія», «Патологічна анатомія», «Патологічна фізіологія».

2. ОЧІКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Після успішного засвоєння навчальної дисципліни здобувач формуватиме наступні програмні компетентності та результати навчання:
Інтегральна компетентність

ІК. Здатність розв'язувати проблеми в галузі фізичної терапії, ерготерапії, оцінювати стан пацієнту у комплексі загально-медичного симптомом-комплексу організму хворого, що передбачає глибоке переосмислення наявних та створення нових цілісних знань та/або професійної практики.

Загальні компетентності

ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності

СК 01. Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.

СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання курсу масажу.

СК 10. Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами та документувати отримані результати.

СК 12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

СК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.

Програмні результати навчання

ПР 03. Використовувати сучасну комп'ютерну техніку; знаходити інформацію з різних джерел; аналізувати вітчизняні та зарубіжні джерела інформації, необхідної для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.

ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 07. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП).

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

ПР 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.

ПР 12. Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.

ПР 13. Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.

3. ОБСЯГ ТА ОЗНАКИ КУРСУ

Обсяг навчальної дисципліни – 6 кредитів ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Загалом		Вид заняття (перший семестр / другий семестр)			Ознаки курсу		
ЄКТС	годин	Лекційні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота	Курс, (рік навчання)	Семестр	Обов'язкова / вибіркова
6	180	15/ 15	20 /30	50 / 50	3	5 / 6	Обов'язкова

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	усього	у тому числі		
		лекц.	прак	сам. роб.
Семестр V. Модуль 1. Основи масажу. Фізіологічний вплив масажу на стан органів та систем організму. Тема 1. Масаж як метод фізичної терапії. Системи, види, форми масажу. Гігієнічні основи масажу	13	3	2	8
Тема 2. Фізіологічний вплив масажу на органи та системи організму	12	2	3	7
Тема 3. Фізіологічний вплив основних прийомів масажу на організм	12	2	3	7
Тема 4. Техніка виконання основних та додаткових прийомів погладжування	12	2	3	7

Тема 5. Техніка виконання основних та додаткових прийомів розтирання	12	2	3	7
Тема 6. Техніка виконання основних та додаткових прийомів розминання та вижимання	12	2	3	7
Тема 7. Техніка виконання основних та додаткових прийомів вібрації	12	2	3	7
Усього годин	85	15	20	50
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ – ЗАЛІК				
Семестр VI. Модуль 1. Методики оздоровчого гігієнічного масажу окремих ділянок тіла (сегментарний масаж).				
Тема 8. Методика масажу спини, голови та шиї	13	2	4	7
Тема 9. Методика проведення масажу грудей та живота	11	1	4	6
Тема 10. Методика проведення масажу верхніх кінцівок	11	2	3	6
Тема 11. Методика проведення масажу нижніх кінцівок	11	2	3	6
Тема 12. Методика масажу при захворюваннях нервової системи	12	2	4	6
Тема 13. Методики масажу при захворюваннях серцево-судинної системи	12	2	4	6
Тема 14. Методики масажу при захворюваннях дихальної системи	12	2	4	6
Тема 15. Методики масажу при захворюваннях і травмах опорно-рухового апарату	13	2	4	7
Усього годин	95	15	30	50
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ - ЗАЛІК				

5. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ/ОБЛАДНАННЯ

1. Обладнання для проведення процедури масажу: кушетки масажні, подушки, валики, напіввалики, портативні масажери, одноразові простирадла, антисептики, гігієнічні засоби для пацієнта і масажиста, креми, масла, присипки.
2. Мультимедійне обладнання: мультимедійний проектор, ноутбук, проекційний екран, смарт-телевізор.
3. Презентації, відеоматеріали, електронні версії лекцій та інших методичних матеріалів.
4. Методичні рекомендації до практичних занять та самостійних робіт.

6. ПИТАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАВДАНЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Теоретичні засади класичного масажу.	2
2	Тема 2. Техніка основних та додаткових масажних прийомів.	2
3	Тема 3. Методика проведення місцевого масажу. Масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Масаж верхньої кінцівки. Масаж нижньої кінцівки. Масаж грудної клітини та живота.	2
4	Тема 4. Методика проведення загального масажу.	2
5	Тема 5. Методика проведення самомасажу. Особливості виконання місцевого, загального масажу та самомасажу.	2
6	Тема 6. Методика лікувального масажу при переломах кісток	2
7	Тема 7. Лікувальний масаж та мануальна терапія при порушенні функцій суглобів.	2

8	Тема 8. Сучасні розробки і методи лікувального масажу та мануальної терапії при ушкодженнях хребта	2
9	Тема 9. Масаж при захворюваннях і травмах центральної нервової системи.	2
10	Тема 10. Масаж при в'ялих та спастичних паралічах.	2
11	Тема 11. Масаж при травмах та захворюваннях периферичної нервової системи.	2
12	Тема 12. Масаж при захворюваннях серця.	2
13	Тема 13. Масаж при захворюваннях магістральних судин.	2
14	Тема 14. Масаж при захворюваннях дихальної системи.	2
	Всього	28

7. САМОСТІЙНА РОБОТА

До самостійної роботи студентів щодо вивчення дисципліни «Методика та техніка класичного та лікувального масажу» включаються:

1. Знайомство з науковою та навчальною літературою відповідно зазначених у програмі тем.
2. Опрацювання лекційного матеріалу.
3. Підготовка до практичних занять.
4. Консультації з викладачем протягом семестру.
5. Самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни.
6. Підготовка та виконання індивідуальних завдань у вигляді есе, рефератів тощо.
7. Підготовка до підсумкового контролю.

Тематика та питання до самостійної підготовки та індивідуальних завдань

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		денна форма
1	Тема 1. Теоретичні засади класичного масажу.	8

2	Тема 2. Техніка основних та додаткових масажних прийомів.	7
3	Тема 3. Методика проведення місцевого масажу. Масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Масаж верхньої кінцівки. Масаж нижньої кінцівки. Масаж грудної клітини та живота.	8
4	Тема 4. Методика проведення загального масажу.	7
5	Тема 5. Методика проведення самомасажу. Особливості виконання місцевого, загального масажу та самомасажу.	7
6	Тема 6. Методика лікувального масажу при переломах кісток.	7
7	Тема 7. Лікувальний масаж та мануальна терапія при порушенні функцій суглобів.	7
8	Тема 8. Сучасні розробки і методи лікувального масажу та мануальної терапії при ушкодженнях хребта.	7
9	Тема 9. Масаж при захворюваннях і травмах центральної нервової системи.	7
10	Тема 10. Масаж при в'ялих та спастичних паралічах.	7
11	Тема 11. Масаж при травмах та захворюваннях периферичної нервової системи.	7
12	Тема 12. Масаж при захворюваннях серця.	7
13	Тема 13. Масаж при захворюваннях магістральних судин.	7
14	Тема 14. Масаж при захворюваннях дихальної системи.	7
	Всього	100

8. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Робоча програма навчальної дисципліни передбачає наступні види та методи контролю:

Види контролю	Складові оцінювання
поточний контроль , який здійснюється у ході: проведення практичних занять, виконання індивідуального завдання; проведення консультацій та відпрацювань.	50%
підсумковий контроль , який здійснюється у ході проведення іспиту (заліку).	50%

Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування; наукова доповідь, реферати, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; ділова гра, розв'язання ситуаційних завдань, кейсів, практичних завдань, іспит (залік)
--	---

Питання до заліку:

1. Назвіть прийоми, види, форми та засоби масажу. Коротко опишіть їх.
2. Перелічіть загальні правила виконання прийомів масажу. Визначте середнє фізіологічне положення пацієнта під час масажу.
3. Дайте перелік основних відмінностей класичного масажу від інших шкіл масажу.
4. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на шкіру.
5. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу серцево-судинну лімфатичну системи.
6. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на суглобно-зв'язковий апарат.
7. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на м'язову систему.
8. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на нервову систему.
9. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на ендокринну систему.
10. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на дихальну систему.
11. Обґрунтуйте фізіологічний вплив масажу на травну систему.
12. Назвіть основні вимоги до обладнання, що використовується у ході масажу.

13. Назвіть основні вимоги до масажиста і до масажованого.
14. Назвіть показання і протипоказання до масажу.
15. Назвіть основні методи дослідження покривних то опорних тканин перед проведенням масажу та опишіть ознаки патологічних змін в шкірі, підшкірній клітковині, м'язах та надкiсницi.
16. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому погладжування.
17. Опишіть методичні особливості виконання прийому погладжування.
18. Назвіть ділянки тіла та прийоми погладжування, що виконуються на них (голова, обличчя, шия та трапецієвидний м'яз, спина, грудна клітка, верхні кінцівки, нижні кінцівки: передня і задня поверхні, живіт, ділянка таза та сідничні м'язи, суглоби та сухожилки).
19. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому вижимання.
20. Опишіть методичні особливості виконання прийому вижимання.
21. Назвіть ділянки тіла та прийоми вижимання, що виконуються на них (спина, грудна клітка, шия та трапецієвидний м'яз, верхні кінцівки, нижні кінцівки: передня і задня поверхні, живіт, ділянка таза та сідничні м'язи).
22. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому розминання.
23. Опишіть методичні особливості виконання прийому розминання.
24. Назвіть ділянки тіла, м'язи та прийоми розминання, що виконуються на них (спина, кут лопатки, грудні м'язи, шия та трапецієвидний м'яз, шия та трапецієвидний м'яз, верхні кінцівки, нижні кінцівки: передня і задня поверхні, живіт, ділянка таза та сідничні м'язи).
25. Обґрунтуйте фізіологічну дію прийому розтирання.
26. Опишіть методичні особливості виконання прийому розтирання.
27. Назвіть ділянки тіла та прийоми розтирання, що виконуються на них (суглоби: колінний, тазостегновий, гомілковостопний, променезап'ястий, плечовий, ліктьовий; міжфалангові суглоби, поперекові міжкостисті відростки хребців, сухожилки; спина, стопа, фасція трапецієвидного м'яза, ділянка таза, клубова кістка, підбер'я, міжреберні м'язи, шия, верхні кінцівки, нижні кінцівки).
28. Обґрунтуйте фізіологічну дію ударних прийомів.
29. Опишіть види ударних прийомів та методичні особливості виконання.
30. Обґрунтуйте фізіологічну дію струшуючих прийомів.
31. Опишіть види струшуючих прийомів та методичні особливості виконання.
32. Назвіть види рухів та методичні особливості виконання.
33. Поняття місцевого масажу. Правила виконання сеансу масажу. Поняття - «методика масажу». Масаж голови, обличчя та комірцевої ділянки.
34. Масаж нижньої кінцівки.
35. Масаж верхньої кінцівки. Масаж грудної клітки та живота.
36. Масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів.
37. Призначення загального масажу. Схема загального масажу. Вихідні положення масажиста й масажованого.

38. Тривалість загального масажу, послідовність масажних прийомів та масажованих ділянок тіла, поняття «умовна одиниця». Масаж з боку обличчя; масаж з боку спини.
39. Значення самомасажу, тривалість загального самомасажу. Види самомасажу: гігієнічний, при заняттях фізичною культурою та спортом, виробничий (попередній та відновлювальний), в процесі загартовування. Протипоказання, форми та методи. Основні правила самомасажу. Вихідні положення під час самомасажу різних ділянок тіла.

9. ОЦІНЮВАННЯ ПОТОЧНОЇ, САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

З ПІДСУМКОВИМ КОНТРОЛЕМ У ФОРМІ ЕКЗАМЕНУ/ ЗАЛІКУ

Денна форма навчання			
Поточний контроль			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на семінарських (практичних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних занять	25
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Підготовка програмного матеріалу (тем, питань), що виносяться на самостійне вивчення	-//-	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	10
Виконання індивідуальних завдань (науково-дослідна робота студента)			

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

1.3. Підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до розкладу занять і графіку ІКР	Обговорення (захист) матеріалів реферату (есе)	10
1.4. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	-//-	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять або ІКР, наукових конференцій та круглих столів.	5
Разом балів за поточний контроль			50
Підсумковий контроль екзамен / залік			50
Всього балів			100

10. КРИТЕРІЇ ПІДСУМКОВОЇ ОЦІНКИ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

(для іспиту / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає

помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;

- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);

- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.

- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» FX – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.

- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами

100-бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100 (10-12)	A	Відмінно	зараховано
82-89 (8-9)	B	Добре	
74-81(6-7)	C		
64-73 (5)	D	Задовільно	
60-63 (4)	E		
35-59 (3)	Fx	незадовільно	не зараховано
1-34 (2)	F		

11. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Руденко Р. Спортивний масаж : посіб. / Руденко Р. – Львів, 1996. – 105 с.
2. Руденко Р. Спортивний масаж / Р. Руденко. – Львів : Ліґа-Прес, 2000. – 100 с.
3. Руденко Р. Спортивний масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Вид. 3-тє, допов. – Львів : Ліґа Прес, 2008. – 160 с.
4. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 255 с.
5. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 304 с.
6. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині : підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : Медицина, 2006. – 286 с.

Інформаційні ресурси:

1. www.zakon.rada.gov.ua
2. www.nlm.nih.gov
3. <http://lubitel68.blogspot.com>
4. <https://studfiles.net/preview/5650032/>
5. <https://academic.oup.com/ptj>
6. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>