

Рівненський державний гуманітарний університет

Психолого-природничий факультет

Кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії

Назва дисципліни	Методика та техніка класичного масажу
Освітня програма	Фізична терапія
Компонент освітньої програми	Обов'язковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	3,0 кредити / 90 годин
Вид підсумкового контролю	Екзамен
Мова викладання	українська
Викладач	Фоманіна М.Е., викладач кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії
CV викладача на сайті кафедри	https://kbft.rshu.edu.ua/
E-mail викладача:	primefomanina@gmail.com
Консультації	Очні консультації: розклад присутності на кафедрі згідно з графіком консультацій Онлайн-консультації: розклад присутності викладача на спеціальному форумі (в інтернет мережах).

Мета і завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Методика та техніка класичного масажу» є надання здобувачам теоретичних знань та формування практичних вмінь застосування класичного лікувального, гігієнічного та спортивного видів масажу.

Завдання курсу:

1. Засвоїти теоретичні дані щодо значення масажу та його місця у фізичній реабілітації.
2. Вивчити покази, протипокази та застереження до застосування видів, форм та методів класичного масажу.
3. Засвоїти теоретичні дані щодо особливостей прийомів масажу та їх застосування у різновидах масажу.
4. Оволодіти практичними навичками виконання різновидів класичного масажу.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти мають оволодіти наступними програмними компетентностями:

Загальні компетентності:

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні компоненти:

СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.

СК 05. Здатність провадити безпечно для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших областях медицини.

СК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії.

СК 09. Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

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

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

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

ПР 14. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен

знати:

- основні поняття та терміни масажу;
- роль та місце масажу у системі фізичної реабілітації;
- види, форми, методи масажу;
- особливості застосування змащуючих засобів у масажі;
- методики класичного та сегментарно-рефлекторного масажу;
- покази та протипокази для застосування масажу;
- особливості впливу масажу та окремих його прийомів на організм людини;

вміти:

- виконувати основні прийоми класичного масажу;
- проводити загальний та локальний (частковий масаж);
- застосовувати масаж при спортивних травмах.

Передумови вивчення дисципліни для формування програмних результатів навчання та компетентностей

Ефективність засвоєння змісту дисципліни «Методика та техніка класичного масажу» потребує попереднього опанування комплексу навчальних дисциплін: Нормальна фізіологія, Патологічна фізіологія, Основи охорони праці та безпеки життєдіяльності, Основи медичних знань, Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях кардіо-респіраторної системи, Фізична терапія, ерготерапія при захворюваннях опорно-рухового апарату, Біомеханіка та клінічна кінезіологія.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Вступ у дисципліну. Види, форми, методи і системи масажу.

Тема 1. Історія масажу. Основні поняття про лікувальний, спортивний, гігієнічний та косметичний масаж. Види, форми, методи і системи масажу. Методи масажу: ручний, апаратний, комбінований.

Тема 2. Фізіологічний вплив масажу на організм. Загальні покази та протипокази до застосування масажу. Механізм дії фізичних лікувальних факторів. Вплив масажу на функціональний стан організму.

Тема 3. Класифікація змащуючих до речовин. Гігієнічні вимоги до проведення масажу. Порошкоподібні та олійноподібні речовини. Санітарно-гігієнічні вимоги до кабінету масажу. Гігієнічні вимоги до масажиста. Вимоги до пацієнта. Планування сеансів масажу.

Тема 4. Прийоми класичного масажу. Основні різновиди класичного масажу.

Змістовий модуль 2. Особливості класичного масажу спини, грудної клітини, живота, верхніх та нижніх кінцівок у частковому і загальному масажі.

Тема 5. Масаж спини. Прийоми класичного масажу (погладження, витискання, розминання, розтирання, вібрації), їх вплив на організм, основні помилки при виконанні. Методичні особливості застосування та різновиди при масажі спини. Масаж хребта в сеансі масажу спини.

Тема 6. Масаж нижніх та верхніх кінцівок. Методичні особливості масажу нижніх та верхніх кінцівок. Різновиди прийомів при масажі верхніх та нижніх кінцівок. Техніка проведення масажу верхніх та нижніх кінцівок з різних вихідних положень масажованого.

Тема 7. Масаж грудної клітки та живота. Методичні особливості масажу, Різновиди прийомів при масажі грудної клітини та живота.

Тема 8. Сегментарно-рефлекторний масаж. Передумови виникнення та особливості застосування сегментарно-рефлекторного масажу. Побудова паравертебральних зон. Характеристика рефлекторних змін поверхневих тканин організму людини. Загальна методика сегментарно-рефлекторного масажу. Спеціальні прийоми сегментарно-рефлекторного масажу.

Тема 9. Спортивний масаж. Особливості застосування відновного масажу впродовж тренувально-змагального циклу: в процесі тренування, під час змагань, під час короткочасних перерв, між тренуваннями, в день відпочинку, після тренувальних зборів і змагань. Методика побудови відновного масажу в залежності від виду спорту і стану спортсмена. Особливості масажу при травмах опорно-рухового апарату: забій, розтяг, струс, вивих, перелом.

Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д.В. Вакуленко, Л.О. Вакуленко, О.В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. К.: ВСВ "Медицина", 2020. 568 с.
2. Єфіменко П.Б. Масаж дорослих і дітей: навчальний посібник / П.Б. Єфіменко, О.П. Каніщева, О.В. Свєрчкова. Київ: Медицина. 2023 – 215с.
3. Масажна терапія: принципи і практика: підручник 7-е видання / Сьюзен Г. Сальво. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. – 872с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник. К.: ВСВ "Медицина", 2010.-352 с.

Додаткова

1. Єфіменко П. Б. Техніка та методика масажу: Навч. посібн.- Х.:ОВС, 2001.- 143 с.
2. Штефко І.І.Ковальчук Н.В., Масаж. Теорія і практика. Навчальний посібник. К.:Молодь, 2003.- 117 с.
3. Масаж і нетрадиційний масаж: підручник / Я.Ф.Філак, Ф.Г. Філак Ужгород. 2015. - 418 с

Інформаційні (інтернет) ресурси

1. <https://library.rshu.edu.ua/>
2. <http://www.ukrmassage.com.ua>

3. <https://dspace.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/13069/1/%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%B0%209-10.pdf>
4. <https://archer.chnu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3566/%D0%9E%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%20%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6%D1%83%20%D1%82%D0%B0%20%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6%D1%83.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. <https://ir.stu.cn.ua/server/api/core/bitstreams/0e689c27-c090-4a48-9008-7b515f436db4/content>
6. <https://www.vspu.edu.ua/faculty/sport/doc/metod1.pdf>

Система оцінювання

Рівень знань здобувачів вищої освіти оцінюється згідно з Положенням про оцінювання знань і умінь здобувачів вищої освіти РДГУ Підсумкова (загальна) оцінка з навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювальні форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове оцінювання рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи; оцінка (бали) за виконання лабораторних завдань; оцінка (бали) за практичну діяльність; оцінка (бали) за ІНДЗ тощо.

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти при вивченні дисципліни

Змістовий модуль № 1			Змістовий модуль № 2							Модульний контроль	Екзамен	Сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	10	40	100
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			

Критерії оцінювання по видах діяльності

№ з.п.	Вид навчальної діяльності*	Оціночні бали*	Кількість балів
1	Підготовка і виконання лабораторних занять	2	20
2	Захист лабораторних робіт	1	10
3	Самостійна робота	2	20
4	Модульний контроль	5	10
5	Іспит		40
Разом			100

T1, T2 ... T 10 – теми змістових модулів

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, виконання самостійної та індивідуальної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- ✓ своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓ повний обсяг їх виконання;
- ✓ якість виконання навчальних завдань;
- ✓ самостійність виконання;
- ✓ творчий підхід у виконанні завдань;

- ✓ ініціативність у навчальній діяльності.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється з використанням роздрукованих завдань і здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів і перескладання. Завдання здобувачі вищої освіти мають виконувати і здавати відповідно до графіка освітнього процесу. Перескладання модулів заліків, екзаменів відбувається у терміни ліквідації академічних заборгованостей, визначених кафедрами і деканатами.

Політика щодо академічної доброчесності

Здобувач вищої освіти під час виконання самостійної або індивідуальної роботи повинен дотримуватись політики доброчесності. У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача вищої освіти він отримує незадовільну оцінку і повинен повторно виконати завдання, які передбачені у силабусі.

Силабус розроблено на основі робочої програми навчальної дисципліни «Методика і техніка класичного масажу» (протокол від “24” червня 2025 року № 7).