



Силабус
навчальної дисципліни
МАСАЖ КЛАСИЧНИЙ (практикум)
2024-2025 навчальний рік

Освітня програма Фізична терапія, ерготерапія у травматології та ортопедії

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Рівень вищої освіти перший бакалаврський

Викладач (і)	Расторгуєва Ірина Сергіївна
Посилання на сайт	https://edu.bdpu.org/course/view.php?id=306#section-1
Контактний тел.	050-146-46-55
Е-mail викладача:	irarastorgu@gmail.com
Графік консультацій	Середа 12.50-13.30 год. Субота 08.00 – 09.20

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
4/120	-	20	100	залік

Семестр: восьмий

Мова навчання: українська

Ключові слова: класичний масаж, прийоми масажу, реабілітація.

Мета та предмет курсу: формування в студентів комплексу знань та вмінь, з проведення процедури масажу в комплексі фізичної реабілітації хворих.

Предмет курсу - основні прийоми та особливості проведення масажу.

Зміст курсу:

Тема 1. Виникнення і розвиток масажу. Системи масажу та його класифікація. Поняття, предмет і завдання масажу. Історія розвитку масажу. Основні поняття та визначення. Системи масажу: європейська, східна. Види масажу: гігієнічний, лікувальний, спортивний, косметичний. Методи масажу: ручний, апаратний, комбінований. Форми масажу: загальний, частковий, виконуваний масажистом, самомасаж.

Тема 2. Гігієнічні вимоги до масажу. Показання і протипоказання. Вимоги до приміщення та інвентарю для масажу. Вимоги до масажиста. Вимоги до рук масажиста. Етапи розвитку спеціаліста в галузі масажу. Вимоги до

людини, яку масажують. Положення масажиста та людини, яку масажують. Показання та протипоказання до використання масажу.

Тема 3. Фізіологічний вплив масажу на шкіру. Анатомія і фізіологія шкіри, потових і сальних залоз. Рецепція шкіри: механорецептори, терморецептори, ноцицептори. Фізіологічний вплив масажу на шкіру.

Тема 4. Фізіологічний вплив масажу на м'язову систему. Анатомія і фізіологія м'язів. Пропріорецептори м'язів: нейром'язові веретена, сухожильний орган Гольджі. Фізіологічний вплив масажу на м'язи.

Тема 5. Фізіологічний вплив масажу на кровообіг і лімфообіг. Анатомія і фізіологія серцево-судинної системи. Регуляція серцевої діяльності. Артеріальний тиск. Артеріальний пульс. Регуляція кровообігу. Лімфатичні судини. Лімфоїдні органи. Лімфатичні судини та вузли окремих ділянок тіла. Фізіологічний вплив масажу на кровообіг і лімфообіг.

Тема 6. Фізіологічний вплив масажу на дихальну систему. Анатомія і фізіологія дихальної системи. Ніс. Фізіологічні механізми дихання. Вентиляція. Легеневі об'єми та життєві ємності легенів. Регуляція дихання. Фізіологічний вплив масажу на дихальну систему.

Тема 7. Фізіологічний вплив масажу на нервову систему. Анатомія і фізіологія нервової системи. Соматична і вегетативна нервова система. Поняття про умовні та безумовні рефлекси. Спинномозкові нерви. Черепномозкові нерви. Симпатичний і парасимпатичний відділи вегетативної нервової системи. Фізіологічний вплив масажу на нервову систему.

Тема 8. Фізіологічний вплив масажу на внутрішні органи та обмін речовин. Анатомія і фізіологія органів черевної порожнини. Біодинаміка внутрішніх органів під час руху людини. Анатомія і фізіологія ендокринної системи людини. Фізіологічний вплив масажу на внутрішні органи та обмін речовин.

Тема 9. Прийоми погладжування, фізіологічний вплив, техніка виконання. Загальна характеристика прийому погладжування під час масажу. Фізіологічний вплив погладжування на організм людини. Основні види прийомів погладжування. Додаткові види прийомів погладжування. Методичні рекомендації до виконання прийомів погладжування.

Тема 10. Прийоми витискання, фізіологічний вплив, техніка виконання. Загальна характеристика прийому витискання під час масажу. Фізіологічний вплив витискання на організм людини. Основні види прийомів витискання. Додаткові види прийомів витискання. Методичні рекомендації до виконання прийомів витискання.

Тема 11. Прийоми розминання, фізіологічний вплив, техніка виконання. Загальна характеристика прийомів розминання під час масажу. Фізіологічний вплив розминання на організм людини. Основні види прийомів

розминання. Додаткові види прийомів розминання. Методичні рекомендації до виконання прийомів розминання.

Тема 12. Прийоми розтирання, фізіологічний вплив, техніка виконання. Загальна характеристика прийому розтирання під час масажу. Фізіологічний вплив розтирання на організм людини. Основні види прийомів розтирання. Додаткові види прийомів розтирання. Методичні рекомендації до виконання прийомів розтирання.

Тема 13. Прийоми вібрації, фізіологічний вплив, техніка виконання. Загальна характеристика прийому вібрації під час масажу. Фізіологічний вплив вібрації на організм людини. Основні види прийомів вібрації. Додаткові види прийомів вібрації. Методичні рекомендації до виконання прийомів вібрації.

Методи навчання:

Словесні: проблемний виклад лекції, бесіда, дискусія, мозковий штурм тощо.

Наочні: спостереження, показ і обговорення навчальної презентації тощо.

Практичні: вправи, практичні роботи, розв'язування професійно-зорієнтованих ситуацій тощо.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять): закріплення знань, моделюючі ситуації з життя.

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Своєчасне виконання практичних завдань та самостійної роботи є обов'язковим. Відпрацювання занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) відбуваються на консультаціях згідно графіку.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувачі вищої освіти дотримуються правил академічної доброчесності згідно Положення про академічну доброчесність у БДПУ. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем.

Політика щодо відвідування. Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекції і практичні заняття курсу. У будь-якому випадку здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: мультимедійний проектор, інтернет-ресурси, лекційна аудиторія, таблиці, доступ до wi-fi.

Навчально-методичний комплекс (зміст лекцій, плани практичних занять, завдання для самостійної роботи, програма екзамену та інше) завантажено на корпоративній освітній платформі ЗВО – Moodle БДПУ. До дисципліни Вас підкріплює викладач.

У разі он-лайн навчання, лекції та практичні заняття проводяться за розкладом в ZOOM (ідентифікатор постійної персональної конференції викладача надається у розкладі). Система нарахування балів публічно висвітлюється в журналі оцінок (система Moodle).

Для завантаження файлів великого об'єму застосовується інформаційний канал, в якому створюється група здобувачів освіти, які вивчають дану дисципліну (денна, заочна).

Розклад занять

Слідкувати за розкладом занять Ви можете на офіційному сайті БДПУ (розділ розклад, ФФКСЗЛ). Розклад на наступний тиждень оновлюється кожної п'ятниці.

Процес навчання

Лекції мають проблемний виклад матеріалу і передбачають дискусію між викладачем та здобувачами освіти.

Практичні заняття передбачають виконання завдань, роботу в команді, аналіз інформації, ідей, проблем, рішень в галузі професійної діяльності; здатність ефективно формувати комунікаційну стратегію за відповідною темою, словесні презентації, дискусії, обговорення, аналіз, самоаналіз, вміння виявляти проблеми; формулювати гіпотези; розв'язувати проблеми; обирати адекватні методи та інструментальні засоби; збирати та логічно й зрозуміло інтерпретувати інформацію; використовувати інноваційні підходи до розв'язання завдання.

Якщо Ви були відсутні на практичному занятті, то маєте завантажити виконану роботу на корпоративну освітню платформу Moodle БДПУ і повідомити про це викладача або застосувати інший варіант показу роботи. Завдання до практичних занять мають бути здані до закінчення вивчення даної дисципліни.

Для зручності спілкування, публічності та прозорості оцінювання, перед початком вивчення дисципліни староста академічної групи створює групу в Telegram. Кожний з учасників групи в період з 8.00 - 20.00 може залишати повідомлення, задавати запитання.

Самостійна робота передбачає виконання Вами завдань до практичного заняття, а саме роботу в зручний час.

У разі он-лайн навчання і проведення занять в ZOOM обов'язковою умовою є увімкнення екрану під час віртуальної зустрічі, користування чатом для повідомлення проблем під час спілкування тощо. Ім'я користувача ZOOM має складатися з Вашого ім'я та прізвища і не нести зайвої інформації.

Система оцінювання та вимоги: накопичувальна бально-рейтингова

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A

78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	F з обов'язковим повторним вивченням ОК

Список рекомендованих джерел (наскрізна нумерація)

Основні:

1. Вакуленко Л.О. Основи масажу / [Л.О. Вакуленко, З.П.Прилуцький, Д.В.Вакуленко, С.В.Кутаков, Н.Ю. Лучишин]. – Тернопіль: ТНПУ, 2013. – 132 с.
2. Вакуленко Л.О. Атлас масажиста / Л.О. Вакуленко. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2005. – 306 с.
3. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навч. посіб.] / П.Б. Єфіменко. – Х. : ОВС, 2007. – 215 с.
4. Корольчук А.П. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту / А.П. Корольчук, А.С. Сулима – Вінниця: 2018. – 124 с.
5. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 2-ге вид., переробл. та доповн. – К.: Олімпійська література, 2005. – 422 с.
6. Масаж загальний та самомасаж: підручник /Л.О.Вакуленко, Д.В.Вакуленко, О.В. Кутакова, Г. В. Прилуцька. – Тернопіль : ТДМУ, 2018. – 380 с.
7. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко; за заг. ред. Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчука. – Тернопіль: ТДМУ, 2019. – 372 с.
8. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 304 с.

Додаткові:

9. Реабілітаційний масаж : підручник / Л. О. Вакуленко [та ін.]. – Тернопіль: ТДМУ "Укрмедкнига", 2018. – 522 с.
10. Руденко Р. Спортивний масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Вид. 3-тє, допов. – Львів : Ліга Прес, 2008. – 160 с.

Інтернет-ресурси

1. Бібліотека БДПУ <http://edu.bdpu.org>
2. Сайт БДПУ <http://bdpu.org>