



## СИЛАБУС ВИБІРКОВОЇ ДИСЦИПЛІНИ ЛІКУВАЛЬНИЙ ТА СПОРТИВНИЙ МАСАЖ

<b>Факультет</b>	Бізнесу та соціальних комунікацій
<b>Кафедра</b>	Кіберпсихології та реабілітації
<b>Статус навчальної дисципліни</b>	<b>Вибіркова компонента освітніх програм першого (бакалаврський) рівня вищої освіти</b>
<b>Рекомендовано для спеціальностей</b>	053 Психологія; 051 Економіка; 061 Журналістика; 073 Менеджмент; 075 Маркетинг; 121 Інженерія програмного забезпечення; 122 Комп'ютерні науки; 125 Кібербезпека та захист інформації; 171 Електроніка; 172 Електронні комунікації та радіотехніка; 174 Автоматизація, комп'ютерно-інтегровані технології та робототехніка; 175 Інформаційно-вимірювальні технології; 176 Мікро- та наносистемна техніка; 275 Транспортні технології на автомобільному транспорті; 281 Публічне управління та адміністрування
<b>Форма навчання</b>	Денна

### Викладачі

Пільова Світлана Георгіївна  
pilevas006@gmail.com



Доцент кафедри Кіберпсихології та реабілітації

### Загальна інформація про дисципліну

**Анотація до дисципліни** Дисципліна «Лікувальний та спортивний масаж» рекомендована для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за всіма спеціальностями. Курс враховує та інтерпретує знання студентів, передбачає можливість використання

	отриманих знань в процесі вивчення наступних дисциплін з проблем фізичної реабілітації, рекреації тощо.
<b>Мета дисципліни</b>	– дати студентам знання про фізіологічний вплив масажу на організм людини, основні та допоміжні прийоми класичного масажу, техніку і методику різних видів масажу на окремих частинах тіла, застосування різних видів масажу, традиційних і нетрадиційних, з профілактичною і лікувальною метою в клініці і спорті, загальні методичні вказівки, типові помилки при проведенні масажу. Пропоновані методики масажу дозволяють застосувати їх в ранні терміни виникнення травм і захворювань опорно-рухового апарату.
<b>Компетентності, формуванню яких сприяє дисципліна</b>	<p>- здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з порушеннями рухової функції органів та систем, насамперед, опорно-рухового апарату, нервової та кардіореспіраторної систем із застосуванням положень, теорій та методів фундаментальних, медичних та клінічних наук, фізичної культури в умовах комплексності та невизначеності.</p> <p>- Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>- Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</p> <p>- Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>- Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичними працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.</p> <p>- Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.</p>
<b>Результати навчання</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращення довкілля громади.</li> <li>– 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.</li> <li>– Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.</li> <li>– Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.</li> <li>– Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.</li> </ul>
<b>Обсяг дисципліни</b>	Загальний обсяг дисципліни 4 кредитів ЄКТС (120 академічних годин), з них: лекцій – 10 год.; практичних занять – 70 год.; самостійна робота – 40 год.
<b>Форма підсумкового контролю</b>	Залік
<b>Терміни викладання дисципліни</b>	Відповідно до розкладу занять вибіркового компонента освітньої програми

## Програма дисципліни

<b>Тема 1.</b>	Історія масажу. Загальні анатомічні та фізіологічні основи масажу. Організація праці масажиста. Масажний кабінет та його устаткування. Нормування та облік роботи масажиста.
<b>Тема 2.</b>	Фізіологічний механізм впливу масажу. Вплив масажу на шкіру, судинну систему, м'язову та нервову системи.
<b>Тема 3.</b>	Види масажу: лікувальний, гігієнічний, косметичний, спортивний. Техніка масажу. Класифікація прийомів масажу.
<b>Тема 4.</b>	Фізіологічний вплив масажу. Показання та протипоказання до проведення масажу. Техніка виконання прийомів погладження, розтирання, розминання, вібрація
<b>Тема 5.</b>	Техніка виконання масажу обличчя і голови.
<b>Тема 6.</b>	Техніка виконання масажу спини, шиї.
<b>Тема 7.</b>	Техніка виконання масажу верхніх та нижніх кінцівок.
<b>Тема 8.</b>	Техніка виконання масажу грудної клітки, живота.
<b>Тема 9.</b>	Техніка виконання міофасціального масажу. Сегментарний та точковий масаж. Техніка виконання. Лімфодренажний масаж.
<b>Тема 10.</b>	Нетрадиційні види масажу: стоун-масаж, бамбуковими паличками, медовий та інші.
<b>Тема 11.</b>	Методи апаратного масажу: вакуумний, вібротерапія, гідромасаж. Спортивний масаж. Техніка виконання.

## Список рекомендованих джерел

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д.В.Вакуленко, Л.О.Вакуленко, О.В.Кутакова, Г.В.Прилуцька. – К.: ВСВ «Медицина», 2020. – 568 с. + 24 с. кольор. вкл.
2. Масаж і нетрадиційний масаж: підручник / Я.Ф.Філак, Ф.Г.Філак – Ужгород. – 2015. – 418 с
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.] ; за заг.ред. Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчука. – Тернопіль: ТДМУ, 2018. – 372 с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В.Сухостат. – К.: ВСВ «Медицина», 2010. – 352с.
5. 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.
6. Основи масажу та самомасажу: навч. метод. посіб. / укл. С.В.Дарійчук. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. – 184 с.

## Інформація про консультації

Щопонеділка протягом 2024/2025 н.р.

### Загальна схема оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Шкала ЄКТС	Оцінка за національною шкалою		Нарахування балів	Бали нараховуються таким чином:
		для іспиту	для заліку		
90-100	A	Відмінно	зараховано	Нарахування балів	<p><i>Оцінювання знань здобувачів вищої освіти здійснюється за 100-бальною шкалою і становить: за поточну успішність (участь у практичних заняттях, виконання практичних завдань та контрольних робіт) – до 60 балів, за результати індивідуального завдання – до 40 балів. При оформленні документів за екзаменаційну сесію використовується таблиця відповідності оцінювання знань здобувачів вищої освіти за різними системами</i></p>
82-89	B	Добре			
74-81	C				
64-73	D				
60-63	E	Задовільно			
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання		
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни		

### Політика опанування дисципліни

**Відвідування:** Здобувачі вищої освіти самостійно планують відвідування лекційних занять, що проводяться в межах дисципліни. Присутність на практичних заняттях та контрольних заходах (залік) є обов'язковою. Важливим є своєчасне виконання індивідуальних завдань в межах самостійної роботи, передбачених програмою дисципліни.

**Умови зарахування пропущених занять:** Відпрацювання академічної заборгованості з дисципліни можливо до початку екзаменаційної сесії (відповідно до розкладу консультацій викладача).

**Інші умови:** Навчально-методичні матеріали дисципліни розміщені на платформі Moodle.