

Спортивний та реабілітаційний масаж (МБВООЗЖ)

IV семестр

Кількість кредитів ЄКТС – 3 (лаб. – 44 год.)

Викладач – к.б.н. Кузьменко О.П..

Форма контролю – залік

I. Основна мета засвоєння курсу: розкриття на основі сучасних досягнень макро- і мікроскопічної будови тіла людини, фізіологічних систем, що його складають, органів і тканин, підходи до використання технологій масажу в спорті та реабілітації після травм

II. Місце навчальної дисципліни в програмі підготовки фахівців даної спеціальності: формування в студентів додаткових фахових компетенцій при опануванні циклу дисциплін професійно-педагогічної підготовки

III. Завдання дисципліни: навчити студентів використовувати на практиці теоретичні знання про масаж та рефлексотерапію; використовувати фізіологічні механізми впливу масажу на організм; володіти практичними навиками діагностичних методик; володіти різними видами та техніками впровадження спортивного та реабілітаційного масажу.

IV. Короткий зміст дисципліни

Тема 1. Вступ. Поняття, предмет і завдання спортивного та реабілітаційного масажу. Системи масажу: європейська, східна.

Тема 2. Фізіологічні основи спортивного та реабілітаційного масажу. Вплив масажу на організм людини. Гігієнічні вимоги до масажу

Тема 3. Техніка, фізіологічний вплив і види спортивного та реабілітаційного масажу. Масаж у поєднанні з рухами.

Тема 4. Спортивного та реабілітаційного масаж голови, обличчя, шиї

Тема 5. Спортивного та реабілітаційного масаж верхніх і нижніх кінцівок

Тема 6. Спортивного та реабілітаційного масаж спини, поперекової зони і тазу, грудей, черева.