Екатеринбургский колледж физической культуры
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «МАССАЖ»

Для студентов специальности 49.02.01 «Физическая культура»
очное, заочное отделение
(в том числе, обучающихся на индивидуальном графике)

Екатеринбург 2022

1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИН**Ы

1.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	*Объем часов*	
	очная форма обучения	*заочная форма обучения*
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72	*72*
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48	*12*
в том числе:		
теория	18	*4*
практические занятия:	30	*8*
- лабораторные занятия		
- семинарские занятия	-	-
Контрольные работы		
Курсовая работа (проект) (*если предусмотрено)*	-	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24	*60*
в том числе:		
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) *(если предусмотрено)*	-	
систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы по изучаемой теме; рефераты; работа с нормативной и справочной литературой. Составление конспектов	6 5 4 4 4	40 18
Итоговая аттестация в форме диф. зачета по МДК 02.03	*2*	2

СОДЕРЖАНИЕ

Методические указания для преподавателей
Методические указания для выполнения практических работ
Методические указания для самостоятельной работы студентов
Другие методические материалы

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

С целью поддержания уровня усвоения учебного материала вводятся: семинарские занятия с фронтальным опросом, с написанием тестов, решением ситуационных задач; задания по работе с дополнительной литературой и подготовка по ней рефератов с последующим сообщением на семинарских занятиях.

При изучении дисциплины делается акцент на Массаж при заболеваниях наиболее часто встречающихся в нашем регионе: заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания и опорно-двигательного аппарата.

Средства обучения:

- Материальные: студенческие практикумы оборудованы мебелью, на занятиях используются приборы (Столы массажные, валики, подушки, стулья учебные, стеллажи для муляжей и моделей, тонометры, секундомер, весы, сантиметровые ленты, медицинские весы).

–Визуальные: плакаты и таблицы по темам занятий: Физиологическое влияние массажа на сердечно-сосудистую систему, Физиологическое влияние массажа на дыхательную, пищеварительную систему и обмен веществ.

–Аудиовизуальные: используются видеофильмы по темам занятий: «Массаж при нарушениях обмена веществ», «Методика выполнения массажа при патологии ССС и дыхательной системы», «Массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата», «Тренировочного массажа от особенностей тренировочного процесса и специализации спортсмена».

–Бумажные: учебники, методические разработки: «Лечебный массаж ОДА»; «Массаж больным с нарушением осанки и сколиозом»; «Массаж больным, нейрохирургического отделения на раннем восстановительном этапе лечения»; «Массаж при ожирении», «Спортивный массаж».

–Электронные: мультимедийные программы по всем лекциям и практическим занятиям.

Принципы и критерии оценивания результатов обучения

Результаты обучения оцениваются при помощи: опроса студентов, тестирования, решения ситуационных задач, составление конспектов занятий.

Итоговый дифференцированный зачет по дисциплине проводится по окончании лекционного и практического циклов.

Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной ООП с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме информации; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися.

4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	**Формы**
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1 Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	**Виды оценочных средств**	**Формы контроля и оценки результатов обучения**

С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	Письменная проверка

5.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций
При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:
Для лиц с нарушениями зрения:
- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.
Для лиц с нарушениями слуха:
- в печатной форме;
- в форме электронного документа.
Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.
Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:
1. Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
2. Доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
3. Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

6.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины. В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т. е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине. Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование, использование аудио петли (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные рабочие места с персональными компьютерами.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Требования, предъявляемые к обучающимся при выполнении практических работ

Практическая работа выполняется на занятии по учебной дисциплине в соответствии с объемом учебной дисциплины.

Пропуски практических занятий без уважительной причины не допускаются. При отсутствии обучающегося на практическом занятии по уважительной причины, практическая работа выполняется в сроки, дополнительно согласованные с преподавателем.

Обучающийся допускается к выполнению последующей практической работы при наличии оценки за предыдущую.

Обучающийся может быть аттестован по дисциплине при условии выполнения всех практических работ.

В процессе выполнения практической работы обучающийся должен:

- ознакомиться с рекомендованными информационными материалами;
- изучить инструкцию (алгоритм, порядок, указания) по выполнению работы;
- выполнить предложенные задания, четко следуя инструкции;
- оформить работу надлежащим образом.

После выполнения и оформления практической работы обучающийся предъявляет ее преподавателю для проверки и оценивания. Оценки за выполнение практической работы учитываются в процессе промежуточной аттестации по дисциплине.

ПРАКТИЧЕСКИЕ НАВЫКИ (необходимые для самостоятельного изучения дисциплины)

1. Анатомо-физиологические основы массажа.
2. Обучение навыкам массажа.
3. Проведение практических занятий в группе по массажу.
4. Контроль состояния больного при проведении массажа, оценка внешних признаков
5. Измерение пульса.
6. Измерение артериального давления.

Практическая работа № 1 (2 ч)

Тема «Введение в массаж»

Проверочная работа по теме «Введение в массаж»

Цель занятия: История возникновения и развития массажа. Понятие о массаже. Виды массажа: лечебный, спортивный, гигиенический, косметический, самомассаж, их разновидности. Понятие о реабилитации. Место массажа в комплексном лечении и реабилитации больных. Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и физиотерапией.

Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы: массаж, самомассаж, трудотерапия, двигательный режим, дозировка физических упражнений.

Вопросы к занятию:

1. Какие способы классификации массажа Вам известны?
2. Какие виды массажа вам известны?
3. Какие виды массажа по показаниям Вам известны?
4. Какие виды массажа по способу исполнения вам известны?
5. Какой массаж называется гигиеническим?
6. Назовите показания к гигиеническому массажу;
7. Какие основные группы приемов применяют в гигиеническом массаже?
8. Как и когда выполняется поглаживание?
9. Какие виды поглаживания Вам известны?

Вопросы для самоконтроля

1. Предварительный массаж, его виды и методика.
2. Восстановительный массаж, его виды и методика.
3. Тренировочный массаж, его виды и методика.
4. Понятие о травматизме и алгоритм применения массажа.
5. Понятие о технологии оздоровительного массажа.
6. Применение мазей и смазывающих средств в массаже.
7. Классификация мазей, растирок и кремов, используемых в массаже. Противопоказания к их использованию.
8. Какие Вы знаете общие противопоказания к назначению массажа?
9. Понятие об аппаратном массаже (вибрационном, пневматическом, гидромассаже и др.)
10. Особенности физиологического действия аппаратного массажа.
11. Методика выполнения самомассажа на отдельных участках
12. Продолжительность общего и частного массажа.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 2 (4 ч)
Тема Техника массажа. Применение различных видов массажа

Цель: сформировать систему знаний и умений применения различных видов массажа.
Задачи:
1.Провести анализ различных приемов выполняемых в классическом массаже.
2.Приобрести навыки составления комплекса (методов) и проведения массажа.
Методические указания.

На 1-м этапе – ознакомить обучающихся с различными видами массажа, применяемых в классическом массаже, для лиц с разной патологией.
Каждому студенту на занятии выдаётся карточка с перечнем техникой выполнения приемов (см. ниже), рекомендованных к применению при разной патологии.
Студенту необходимо продемонстрировать предложенные приемы, объяснить механизмы их действия при конкретных патологиях.

К массажу относят:
- общие приемы (на укрепление мышечных групп, объединённых по анатомическому признаку: для мышц спины, брюшного пресса и т.д.);
- приемы на расслабление, растяжение;
- влияние массажа на кожу;
- дыхательные упражнения (статические, динамические и дренажные);
- активные и пассивные упражнения;
- влияние массажа на работу внутренних органов.

Образцы карточек

Примерные приемы массажа для мышц спины
1. И.п. – лёжа на животе, ноги – на специальной подножке, (валик), подбородок на тыльной поверхности кистей, положенных друг на друга.
2. Поглаживание. В зависимости от задачи массажа применяются различные виды этого приема.
3. Растирание. Этот прием начинают проводить на длинные мышцы спины по двум линиям и постепенно переходят на широчайшие мышцы по двум – трем линиям.
4. Разминание. Начинается с длинных мышц спины.
5. После проводится активные и пассивные упражнения.
6. Вибрация.

Примерные приемы массажа для мышц брюшного пресса
Исходное положение – лёжа на спине. Голова приподнята на валике. Руки вдоль туловища (это дополнительно расслабляет мышцы живота).
1. Поглаживание. В зависимости от задачи массажа применяются различные виды этого приема.
2. Растирание.
3. Разминание.
4. Поглаживание. Все приемы массажа почасовой стрелки.

Примерные приемы массажа для мышц шеи
1. И.п. – лёжа на животе, ноги – на специальной подножке, (валик), подбородок на тыльной поверхности кистей, положенных друг на друга.
2. Поглаживание. Выполняется из положения продольно или перпендикулярно.
3. Растирание. Сначала этот прием выполняют в местах прикрепления мышц к затылочной кости.
4. Разминание. Ординарное, подушечкой большого пальца, щипцеобразное и т.д.

Примерные приемы массажа для икроножной мышцы

1. И. п. – лёжа на животе, ноги – на специальной подножке, (валик), подбородок на тыльной поверхности кистей, положенных друг на друга. При массаже икроножной мышцы выполняют следующие приемы.
2. Поглаживание. Массажист стоит продольно. Дальней рукой под углом 45 – 90 ° фиксирует голень, а ближней выполняет движения от пятки к подколенной ямки.
3. Растирание. Основанием ладони и бугром большого пальца.
4. Разминание. Ординарное, подушечкой большого пальца, щипцеобразное и т.д.
5. После разминания выполняют потряхивание и ударные приемы. Заканчивается массаж поглаживанием.

ФОРМА КОНСПЕКТА ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Проводящий:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)	Дозировка Время проведения процедуры	Методические указание

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org
Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
Российское образование http://www.edu.ru/
Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru
Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 3 (4 ч)

Тема: Массаж при травмах и других заболеваниях ОДА.

Цель работы: сформировать систему знаний и умений применения различных видов массажа, ориентированных для лиц с травматическим повреждением ОДА.

Ход работы: студенты определяют задачи практической работы, выделяют периоды заболевания и согласно им, определяют задачи по периодам (общие и частные) и составляет технику и методику выполнения приемов массажа.

Задания № 1. Диагноз: «Ушиб».

Методика массажа проводят по периодам. Написать периоды реабилитации, применяя средства (крио – массаж), сроки выполнения, дозировку, время проведения, темп выполнения.

Задания № 2. Диагноз «Вывих».

Методика массажа проводят по периодам. Написать периоды реабилитации, применяя средства (крио – массаж), сроки выполнения, дозировку, время проведения, темп выполнения.

Задания № 3. Диагноз «Растяжения связок суставов».

Методика массажа проводят по периодам. Написать периоды реабилитации, применяя средства (крио – массаж), сроки выполнения, дозировку, время проведения, темп выполнения.

Задания № 4. Диагноз «Перелом костей».

Методика массажа проводят по периодам. Написать периоды реабилитации, применяя средства (крио – массаж), сроки выполнения, дозировку, время проведения, темп выполнения.

Задания № 5. Диагноз «Травма позвоночника».

Методика массажа проводят по периодам. Написать периоды реабилитации, применяя средства (крио – массаж), сроки выполнения, дозировку, время проведения, темп выполнения.

Студент выбирает самостоятельно любой из периодов лечения.

Пример: «Анкилозирующий спондилоартроз (болезнь Бехтерева) »

Выделяют:

1) При анкилозирующий спондилоартроз массаж назначают в подострой и хронических стадиях. Методика массажа. Массируемая область – спина, шея, область таза, плечевые и тазовые суставы, грудь, а также болевые точки. Положения больного лежа на животе. Сначала поглаживания (прямолинейное плоскостное), затем поверхностное растирания (пиление, лучевым краем кисти, гребнеобразное). Прием разминание на крупные мышцы спины. После вибрация непрерывная ладонью. Затем переход к специальному локальному воздействию на область поражения и суставов с помощью приемов растирания (ребром ладони, подушечки четырех пальцев, подушечкой большого пальца, и штрихования). Прием растирания следует чередовать с непрерывной вибрацией пальцами. Важен массаж плечевых и тазовых суставов для увеличения подвижности. Плечевой сустав рекомендуется массировать из исходного положения больного сидя. В заключение. Из исходного положения больного лежа на животе, проводят общее поглаживание и поверхностное растирание (гребнеобразное, пиление, лучевым краем кисти) спины, воротниковой зоны и области таза, а затем приступают к лечебной гимнастике.

2) **Методические указания.**

Длительность сеанса массажа 15-20 минут. Курс массажа – 20-25 сеансов через день. Повторные курсы массажа можно назначать после перерыва не менее 15-20 дней несколько раз в год. В сеансе массажа при заболевании анкилозирующем спондилоартрите рекомендуется распределить время выполнения приемов таким образом, чтобы на растирание приходилось не менее 50% общего времени сеанса, как средства, способствующего повышению

эластичности и подвижности в пораженном отделе позвоночника и суставах. Особенно эффективно сочетание массажа в ванне, бассейне и с различными физиотерапевтическими методами лечения (грязелечение, ультразвук, диадинамические токи, индуктотермия).

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)		Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания
Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Форма контроля: расширенный конспект составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры, составленный студентом самостоятельно по предложенной форме

Критерии оценки: (в процедуру массажа включено 25% специальных упражнений для поврежденной части тела, 75% -основные приемы массажа и дыхательных упражнений).

- оценка «отлично» - выполнены все требования, расписаны основные приемы массажа и комплексы упражнений;
- оценка «хорошо» - допущены незначительные погрешности, основные приемы массажа и комплекс упражнений написан правильно по диагнозу;
- оценка «удовлетворительно» - допущены незначительные погрешности, основные приемы массажа и комплекс упражнений не соответствует диагнозу (частично);
- оценка «неудовлетворительно» - представленная работа не соответствует требованиям.

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.

4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 4 (4 ч)

Тема: Массаж при заболеваниях ССС.

Цель занятия – ознакомиться с клинической картиной основных заболеваний сердечно-сосудистой системы (ССС) техникой и методикой выполнения лечебной массажа.

В результате изучения этого раздела студенты должны знать:

•особенности развития и течения основных заболеваний сердечно-сосудистой системы;

•показания, противопоказания и сроки назначения массажа;

уметь:

•сформулировать задачи массажа в соответствии с заболеванием;

•выбрать приемы массажа;

•разработать методы и технику выполнения приемов лечебного массажа.

На практических занятиях рассматриваются общие вопросы патологии сердечно-сосудистой системы и подходы к применению массажа.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)	Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания

Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 5 (4 ч)

Тема: Массаж при заболеваниях органов дыхания.

Цель занятия – ознакомиться с клинической картиной основных заболеваний органов дыхания и методикой применения лечебной массажа.

В результате изучения этого раздела студенты должны знать:

•особенности развития и течения основных заболеваний дыхательной системы;

•показания, противопоказания и сроки назначения массажа;

уметь:

•сформулировать задачи массажа в соответствии с заболеванием;

•выбрать приемы массажа;

•разработать методы и технику выполнения приемов лечебного массажа.

На занятиях рассматриваются общие вопросы патологии органов дыхания и подходы к применению массажа.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)		Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания
Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.

4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 6 (4 ч)

Тема: Массаж при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта (ЖКТ).

Цель занятия – ознакомиться с клинической картиной основных заболеваний органов ЖКТ и методикой применения лечебной массажа.

В результате изучения этого раздела студенты должны знать:

•особенности развития и течения основных заболеваний ЖКТ;

• показания, противопоказания и сроки назначения массажа;

уметь:

•сформулировать задачи массажа в соответствии с заболеванием;

•выбрать приемы массажа;

•разработать методы и технику выполнения приемов лечебного массажа.

На занятиях рассматриваются общие вопросы патологии ЖКТ и подходы к применению массажа.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)	Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания

Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 7 (4 ч)

Тема: Массаж в травматологии и ортопедии.

Цель занятия – ознакомиться с клинической картиной основных заболеваний или травм и методикой применения массажа.

В результате изучения этого раздела студенты должны знать:

•особенности развития и течения основных заболеваний в травматологии и ортопедии;

•показания, противопоказания и сроки назначения массажа;

уметь:

•сформулировать задачи массажа в соответствии с заболеванием;

•выбрать методы массажа;

•разработать комплекс упражнений по ЛФК, в форме (пассивных, активных движений во время проведения массажа).

На практических занятиях рассматриваются общие вопросы в травматологии и ортопедии системы и подходы к применению массажа.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)		Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания
Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.

5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Практическая работа № 8 (4 ч)

Тема: Массаж при заболеваниях нервной системы

Цель занятия – ознакомиться с клинической картиной основных заболеваний нервной системы и методикой применения лечебной массажа.

В результате изучения этого раздела студенты должны знать:

•особенности развития и течения основных заболеваний нервной системы;

• показания, противопоказания и сроки назначения массажа;

уметь:

•сформулировать задачи массажа в соответствии с заболеванием;

•выбрать методы массажа;

•разработать комплекс упражнений по ЛФК, в форме (пассивных, активных движений во время проведения массажа).

На занятиях рассматриваются общие вопросы патологии нервной системы и подходы к применению массажа.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО МАССАЖУ

Контингент: пол, возраст
Двигательный режим: постельный,
палатный, свободный или пр.
Контингент: пол, возраст
Метод и техника проведения массажа.
Задачи:
1.....
2.....
3.....
Место проведения: палата или массажный кабинет
Время проведения: в минутах
Инвентарь:
Литература: оформление согласно требованиям к контрольным и курсовым работам (не менее 2-х источников)

Содержание материала (методы и техника выполнения приемов)	Дозировка Время проведения процедуры	Методические указания

Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Составление приемов массажа при различных заболеваниях и время проведение процедуры.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Еркушин, М. А. Медицинский массажа/М. А. Еркушин.- М.: НиТ. 2020.- 416с.
2. Епифанов, В. А. Массажа. Атлас справочник/ В. А. Епифанов.- М.: Медиа. 2020.- 432с.
3. Корзунова, В. А. Массажа и народные средства/В. А. Корзунова.- М.: НиТ. 2020.- 172с.
4. Коршунов, О. И. Теория и методика массажа. Руководство для врачей/ О. И. Коршунов.- М.: ГЭОТФР – Медиа. 2020. 208с.
5. Юдакова, О. А. Основы реабилитации. Общий массаж. Учебное пособие./ О.А. Юдакова.- М.: Лань. 2020. – 88с.

Интернет-ресурсы: www.massage.ru www.medmassage.ru www.lfk.org

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов (СВРС) - 24 часов:

Самостоятельная работа студентов реализуется через самостоятельное изучение теоретического материала.

Все задания на индивидуальную самостоятельную работу выдаются и принимаются преподавателем, проводящим практические занятия по дисциплине, и сдаются на проверку по графику выполнения самостоятельной работы.

Самостоятельная работа студентов включает в себя:

1. Изучение теоретического материала по массажу;

2. Написание письменного доклада по избранным темам;

3. Выполнения заданий в письменном виде, содержащих в себе:

- краткую характеристику заболевания, сформулированные задачи массажа при этом заболевании;

Самостоятельная работа студентов направлена на решение следующих задач:

1) выработка навыков восприятия и анализа профессиональной информации;

2) развитие и совершенствование способностей к принятию решений и их реализации;

3) развитие и совершенствование творческих способностей при самостоятельном изучении профессиональных проблем.

Для развития навыков самостоятельной работы студенты выполняют задания, самостоятельно обращаясь к учебной, справочной и научно-методической литературе.

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет/Диф. зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо

последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Вопросы для самостоятельного изучения

Раздел (тема)	Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Ко-во часов
Введение в теорию массажа. Методика и техника выполнения приемов массажа	1. Приемы классического массажа 2. Системы массажа	2
Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и заболеваниях органов дыхания	1. Анатомо-физиологическая характеристика сердечно-сосудистой системы 2. Анатомо-физиологическая характеристика системы органов дыхания	4
Массаж при заболеваниях органов пищеварения, и длительной вынужденной иммобилизации	Анатомо-физиологическая характеристика системы органов пищеварения	4
Массаж при заболеваниях, нарушениях обмена веществ.	1. Нарушения обмена веществ: виды, этиологические факторы.	4
Массаж в травматологии и ортопедии.	Массаж в травматологии	4
Массаж в неврологии.	Массаж при инсультах.	6

Примечание: Дисциплина реализуется с применением дистанционных образовательных технологий.

* - Формы текущего контроля успеваемости: УС-устное собеседование, СЗ-ситуационные задачи, ДЗ - домашнее задание, БРС - бально-рейтинговая система, Д-дистанционно.

Доступ к ДОТ осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://avtorvuz.sport-ural.ru/. Пароль и логин к личному кабинету/профилю/учетной записи предоставляется обучающемуся в учебном отделе.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения (СДО). Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

Для работы в общеакадемической СДО Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) «УралГУФК» необходимо:

Авторизоваться на сайте обще академической системы дистанционного обучения https://avtorvuz.sport-ural.ru/

Авторизацию нужно провести с использованием своей учетной записи, полученной в учебном отделе **Екатеринбургского института физической культуры (филиал) «УралГУФК»**.

Для просмотра содержимого курса, доступ к которому Вам предоставлен, достаточно:

1. Перейти на сайт https://avtorvuz.sport-ural.ru/ ;
2. Авторизоваться, используя данные своей учетной записи;
3. Выбрать структурное подразделение, курс, группу и дисциплину.

Основная и дополнительная литература к теме:

1. Фокин, В. Н. Полный курс массажа/В. Н. Фокин.- М.: Факир, 2010.- 464с.
2. Ануфриева, М. А. Все виды массажа/ М. А. Ануфриева.- М.: АСТ, 2010.-798с.
3. Кортунов, В. А. Школа классического массажа/В. А. Кортунов.- СПб.: Диля.-2010.- 144с.

— ISBN 978-5-534-10503-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/lechebnaya-fizicheskaya-kultura-dlya-mladencev-s-patologiey-cns-430640 (дата обращения: 02.04.2019).

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Примерные критерии оценивания знаний студентов на экзамене /диф.зачете

5 «отлично»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
4 «хорошо»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно» (зачтено)	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно» (не зачтено)	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.