Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович,
o=Екатеринбургский институт
физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО "УралГУФК",
ou=Зам.директора по УР,
email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.09.18 14:45:48 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе
_____М.И.Салимов

«30» января 2025 г

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
# **ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА**

**Направление подготовки** 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

**Форма обучения** – очная, с применением дистанционных образовательных технологий

**Объем программы-** 8 часов

Екатеринбург 2025

# Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Частные методики лечебного массажа»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ АФК протокол № 5
от «15» января 2025 г

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 5 от «30» января 2025 г

Заведующий кафедрой. И.В. Тимофеева

Согласовано:
Декан ФПК и ППК М.В. Светлакова

## 1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

| код компетен-ции | Наименование компетенции | Степень реализации компетенции (полностью или частично) | Индикаторы достижения компетенции | Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии)./ область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | **4** | 5 |
| **ПК-8** | Восстановление утраченных возможностей организма, компенсация нарушенной или утраченной функции посредством различных методик массажа с учетом возраста | Восстановление утраченных возможностей организма, компенсация нарушенной или утраченной функции посредством различных методик массажа с учетом возраста | **Знает:**<br>**Повышенный уровень**<br>понятие «массаж»; классификацию и физиологическую сущность массажа;<br>основные приемы массажа; показания и противопоказания к массажу<br>**Высокий уровень**<br>понятие «массаж»; классификацию и физиологическую сущность массажа;<br>основные приемы массажа; показания и противопоказания к массажу, о технике различных видов массажа; методике проведения массажа.<br>**Умеет:**<br>**Повышенный уровень**<br>выполнить самомассаж; провести сеанс гигиенического, классического массажа при различных патологиях<br>**Высокий уровень**<br>выполнить самомассаж; провести сеанс гигиенического, классического массажа при различных патологиях и у различных нозологических групп<br>**Имеет опыт:** | **Тип профессиональной задачи/ Реабилитационная (восстановительная05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ Профессиональный стандарт "Инструктор-методист по АФК "УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 4 августа 2014 № 526н Инструктор по адаптивной физической культуре**<br>**Код 05.004 D/01.6**<br>Руководство методическим обеспечением организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп<br>Необходимые знания по ПС - Приоритетные направления развития образовательной системы,<br>адаптивной физической культуры и спорта<br>Теоретические основы организации методической работы по адаптивной физической культуре и спорту<br>Профиль, специализацию и особенности структуры образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта<br>A/02.5 Проведение медицинского массажа Уровень квалификации 5<br>**Анализ потребностей рынка труда**<br>1. Оказание помощи по поддержанию уровня физического |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | **Повышенный уровень**<br>владения приемами и техникой гигиенического классического массажа при различных патологиях<br>**Высокий уровень**<br>владения приемами и техникой гигиенического классического массажа при различных патологиях и у различных нозологических групп | развития и профилактики<br>нарушений двигательной<br>функции вне зависимости от пола и возраста с использованием средств и методов физической культуры, спорта, массажа, естественных факторов природы |

## 2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| | Трудоемкость/ зачетных единиц |
|---|---|
| Вид промежуточной аттестации | Устный опрос |
| **Контактная работа** (контакт. часы), в том числе: | 6 час |
| Лекции (Лек) | 2час |
| Практические занятия (Пр) | 4час |
| **Самостоятельная работа**, в том числе | 2 |

## 3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1 СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание и формы занятий | Контактная работа (часы) | Самостоя-тельная работа (часы) |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль №1 Частные методики и техника лечебного массажа** | | | | |
| 1.1 | **Тема**<br>Массаж при травмах опорно-двигательного аппарата | **Лекции**<br>Значение массажа в лечении. Характер повреждений костей показания и противопокзания к массажу. Периоды лечения переломов. Особенности проведения массажа при различных способах иммобилизации, в том числе у детей.<br>Понятие о травме. Периоды лечения. Показания и противопоказания к проведению массажа.<br>Цели и задачи массажа при ишемической болезни сердца, пороках сердца, миокардиодистрофия гипертонической болезни, гипотонических состояниях и др. Основные клинические проявления заболеваний периферических артерий и вен. Цели и задачи массажа при варикозной болезни и заболеваниях артерий. Используемые виды и методики массажа Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и другими видами лечения. | 2 | |
| | | **Практические/семинарские / лабораторные занятия**<br>Массаж при повреждениях мягких тканей и суставов Массаж при повреждениях костей. Анатомические особенности строения различных отделов позвоночника, основные клинические проявления воспалительно-дегенеративных заболеваний позвоночника. Принципы лечения.Массаж при заболеваниях органов дыхания. Массаж при воспалительных заболеваниях органов дыхания. Интенсивно-сегментарный массаж при заболеваниях органов дыхания по О.Ф. Кузнецову<br>Значение и задачи массажа в комплексном лечении и реабилитации больных с заболеваниями органов дыхания. Показания и противопоказания к проведению массажа. Особенности проведения массажа при воспалительных заболевания органов дыхания, эмфиземе легких, бронхиальной астме и др. Применение различных видов массажа и дыхательных упражнений. Сочетания массажа с лечебной гимнастикой, физиотерапевтическими процедурами. | 2 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | **Тема**<br>Массаж при лечении ортопедических заболеваний. Массаж в ортопедии. Массаж при патологии ССС. | **Практические/семинарские занятие**<br>Особенности выполнения различных видов массажа на этапах лечения и реабилитации больных. Массаж при повреждениях мягких тканей, связочного аппарата, суставов. Проведение массажа с учетом расстройств лимфо- и кровообращения. Характеристика расстройств кровообращения. Массаж при заболеваниях суставов.<br>Массаж при заболеваниях позвоночника. Массаж при нарушениях осанки и сколиотической болезни. Массаж при операциях на органах брюшной и грудной полости. Основные клинические проявления заболеваний желудка. Задачи и особенности проведения различных видов массажа в зависимости от секреторной функции желудка, при висцероптозе. Значение массажа в комплексном лечении. Показания к массажу. Сочетания массажа с лечебной гимнастикой, Особенности проведения различных видов массажа, в том числе у детей. Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и другими видами лечения. физиотерапевтическими процедурами, лечением положением. | 2 | |
| | | **Самостоятельная работа студентов**<br>Общие основы ЛФК. Средства и методы ЛФК. Классификация физических упражнений. Понятие о массаже. Виды массажа: лечебный, гигиенический, косметический, самомассаж. Место массажа в комплексном лечении и реабилитации больных.<br>Правила и гигиенические основы массажа. Организация труда массажиста: оборудование рабочего места, нормы нагрузки массажиста. Учёт и отчетность по массажу.<br>Этика и деонтология медицинского работника.<br>Профилактика ВБИ. Сан.эпидрежим массажного кабинета.<br>Общие сведения о строении костной системы человека. Строение скелета. Особенности формирования костной системы у детей.<br>Общие сведения о строении мышечной системы человека. Строение, форма и работа мышц. Особенности развития мышечной системы у детей. | | 2 |

### 3.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

| Тема практических занятий | Интерактивные формы проведения занятий. | Трудоемкость (час) |
|---|---|---|
| Использование средств, методов физической реабилитации при спинальной травме | Ситуационные задачи | 0,5 |

## 4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СЛУШАТЕЛЕЙ

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 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 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.

**Модуль №1 Частные методики и техника лечебного массажа**

**Тема**

**Массаж при травмах опорно-двигательного аппарата**

**Содержание**

Общие основы ЛФК. Средства и методы ЛФК. Классификация физических упражнений.
Понятие о массаже. Виды массажа: лечебный, гигиенический, косметический, самомассаж. Место массажа в комплексном лечении и реабилитации больных.
Правила и гигиенические основы массажа. Организация труда массажиста: оборудование рабочего места, нормы нагрузки массажиста. Учёт и отчетность по массажу.
Этика и деонтология медицинского работника.
Профилактика ВБИ. Сан.эпидрежим массажного кабинета.
Общие сведения о строении костной системы человека. Строение скелета. Особенности формирования костной системы у детей.
Общие сведения о строении мышечной системы человека. Строение, форма и работа мышц. Особенности развития мышечной системы у детей.

**Форма отчетности**

(устный опрос)

Тема

**Массаж при лечении ортопедических заболеваний. Массаж в ортопедии. Массаж при патологии ССС.**

**Содержание**

Строение сосудистой системы, её части (артериальная, венозная, лимфатическая). Особенности кровоснабжения отдельных анатомических областей.
Расположение сети лимфатических узлов и путей, значение направления движения лимфы при проведении массажа.
Строение центральной и периферической нервной системы, её основные функции.
Вегетативная нервная система, её отделы, иннервация внутренних органов.
Кожа, её строение, основные функции.
Взаиморасположение органов грудной клетки и брюшной полости.
Физиологические основы массажа. Показания и противопоказания к проведению массажа.
Основные и вспомогательные приёмы поглаживание и растирания: классификация. Техника выполнения. Физиологическое действие. Показания. К применению.
Основные и вспомогательные приемы разминания и вибрации. Классификация. Техника выполнения. Физиологическое действие. Показания к применению.
Массаж верхних конечностей: пальцев рук, кисти, предплечья, плеча, суставов, дельтовидной мышцы, верхнего плечевого пояса. Методические указания.
Массаж нижних конечностей: пальцев, стопы, голени, бедра, суставов. Особенности массажа области ягодичных мышц. Методические указания.

| |
|---|
| Массаж поверхностных и глубоких мышц спины. Методические указания. Влияние на функцию дыхания и кровообращения.<br>Массаж поверхностных и глубоких мышц груди. Влияние на функцию дыхания и кровообращения. Методические указания.<br>Массаж воротниковой зоны, влияние его на организм. Методические указания.<br>Массаж передней брюшной стенки и органов брюшной полости. Методические указания.<br>Массаж волосистой части головы, лица, шеи. Методические указания. Техника массажа нервов и болевых точек. |
| **Форма отчетности**<br>(устный опрос) |

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Примеры оценочных средств для текущего контроля успеваемости

**1.** Ситуационные задачи: Больной М., 49 лет. Ds: Распространенный остеохондроз позвоночника. Сопутствующая патология: язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки, ремиссия. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

2. Ситуационная задача: Больная К.. 50 лет. Ds: постинсультное состояние, период появления первых активных движений. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**3.** Ситуационная задача: Больной С., 33 года. Ds: Компрессионный перелом позвоночника, четвертый период. Сопутствующая патология: хронический гепатит, ремиссия. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**4**. Ситуационная задача: Больной К., 12 лет. Ds: сколиоз II степени. Сопутствующая патология: часто болеющий ребенок. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**5.** Ситуационная задача: Больная К., 38 лет. Ds: варикозная болезнь сосудов нижних конечностей, не осложненная флебитом и тромбофлебитом. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**6.** Ситуационная задача: Больной Р., 9 лет. Ds: нарушение осанки по сколиотическому типу. Сопутствующая патология: часто болеющий ребенок. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**7.** Ситуационная задача: Больной М., 36 лет. Ds: облитерирующий эндартериит сосудов нижних конечностей II стадия. Сопутствующий диагноз: остеохондроз поясничнo-крестцового отдела позвоночника. Методика массажа (цель, задачи, направленность, вариант, рабочие сегменты и последовательность их обработки, общее время массажа).

**Критерии оценки:**

| | |
|---|---|
| 2 балла | Комплекс упражнений (физиотерапевтических процедур и схема массажа) составлены не полно, с ошибками, не соответствуют характеру, стадии и тяжести заболевания |
| 3 балла | Комплекс упражнений (физиотерапевтических процедур и схема массажа) составлены не полно, с некоторыми ошибками, не соответствуют характеру, стадии и тяжести заболевания. |
| 4 балла | Комплекс упражнений (физиотерапевтических процедур и схема массажа) составлены полно, но с незначительными ошибками, не полностью соответствуют характеру, стадии и тяжести заболевания. |
| 5 баллов | Комплекс упражнений (физиотерапевтических процедур и схема массажа) составлены полно, соответствуют характеру, стадии и тяжести заболевания. |

## Провести фрейм - сравнения.

Вопросы для самоконтроля:

1. Виды термопроцедур, их влияние на организм спортсмена.
2. Методика и продолжительность банной процедуры.
3. Противопоказания к применению бани.
4. Критерии прекращения действия тепловой нагрузки.
5. Организация массажа в бане и его виды.
6. Сочетание термо- и гидропроцедур.

7. Предварительный массаж, его виды и методика в ИВС.
8. Восстановительный массаж, его виды и методика в ИВС.
9. Тренировочный массаж, его виды и методика в ИВС.
10. Понятие о травматизме и алгоритм применения массажа в ИВС.
11. Понятие о технологии оздоровительного массажа.
12. Применение мазей и смазывающих средств в массаже.
13. Классификация мазей, растирок и кремов, используемых в массаже.
14. Правила применения мазей и смазывающих веществ в массаже. Противопоказания к их использованию.
15. Понятие об аппаратном массаже (вибрационном, пневматическом, гидромассаже и др.)
16. Особенности физиологического действия аппаратного массажа.
17. Методика выполнения самомассажа на отдельных участках
18. Продолжительность общего и частного массажа.
19. Последовательность массируемых участков и приемов массажа в российском массаже.

Примеры оценочных средств для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

**Вопросы подготовки к практическому занятию**

1. Массаж при заболеваниях желудка. Особенность проведения массажа.
2. Массаж при переломах верхней конечности. Особенности массажа при гипсовой повязке.
3. Массаж после перенесённого инфаркта миокарда. Особенности.
4. Массажи при артериальной гипертензии. Особенность проведения массажа и процедуры.
5. Массаж при переломах нижних конечностей. Особенность проведения массажа при гипсе.
6. Массаж тазобедренного сустава. Особенности проведения массажа.
7. Массаж при спастических параличах. Особенности проведения массажа.
8. Массаж при вялых параличах. Особенности проведения массажа.
9. Особенности проведения массажа плечевого сустава.
10. Особенности проведения массажа коленного сустава.
11. Массаж при заболеваниях органов дыхания. Особенности проведения массажа.
12. Массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Особенности проведения массажа.

Тестовые задания

Тест1

1. Документ, разрешающий медицинскому учреждению указанный в нем вид деятельности:
а) лицензия б) приказ в) сертификат г) диплом
2. Укажите основной прием массажа при плеврите:
а) поглаживание б) растирание в) разминание г) вибрация
3. После приступа удушья при бронхиальной астме массаж можно проводить через:
а) 1 час б) 2 часа в) 12 часов г) 24 часа
4. При бронхоэктатической болезни с поражением нижних долей легких массаж проводится в положении пациента:
а) лежа на животе с опущенным головным концом
б) лежа на спине с опущенным ножным концом
в) лежа на здоровом боку с опущенным головным концом
г)лежа на животе горизонтально

5. Показание к проведению интенсивно-сегментарного массажа при пневмонии:
а) острый период заболевания
б) затяжное течение
в) трудно отделяемая мокрота
г) бронхоспастический синдром
6. Укажите направление массажных движений при воздействии на желудок:
а) от мечевидного отростка к середине правого подреберья
б) от мечевидного отростка к середине левого подреберья
в) от эпигастральной области к пупку
г) от пупка к эпигастральной области
7. Медицинская психология изучает:
а) место и роль психических процессов в возникновении и течении болезней
б) роли медицинских работников в лечении больных
в) психологию общения медицинских работников и пациентов
г) все ответы верные
8. Эмпатия – это:
а) полная схожесть убеждений, мнений, эмоционального состояния партнеров
б) умение манипулировать людьми в своих целях
в) способность внушать окружающим свои мысли
г) умение распознавать эмоции окружающих, откликаться на них
9. Способ предупреждения конфликтов в профессиональной деятельности медсестры:
а) консенсус б) обсуждение в коллективе в) полемика г) все ответы верные
10. К ятрогенным относятся заболевания:
а) обусловленные вредными факторами производства
б) обусловленные неосторожными действиями или высказываниями медицинских работников
в) с неблагоприятным прогнозом
г) наследственного генеза
11. При спастическом колите массаж проводится:
а) через 20 минут после еды б) через 2 часа после еды
в) за 10 минут до еды г) после опорожнения кишечника
12. Противопоказания к проведению массажа в раннем послеопера-ционном периоде:
а) большая кровопотеря б) кашель в) отек легких г) атония кишечника
13. Цели массажа в раннем послеоперационном периоде:
а) предупреждение легочных осложнений
б) предупреждение тромбозов
в) профилактика пареза кишечника
г) ускорение процесса рубцевания
14. После оперативного вмешательства на органах брюшной полости можно проводить:
а) через 48 часов б) через 24 часа в) через 6 часов г) сразу после выхода из наркоза
15. Оптимальная периодичность курсов массажа при диабетической ангиопатии конечностей:
а) ежемесячно б) два раза в год в) один раз в год
г) определяется строго по показаниям
Тест 2
1. К поверхностным мышцам шеи относится:
а) длинная мышца головы
б) длинная мышца шеи
в) грудино-ключично-сосцевидная мышца
г) передняя лестничная мышца

2. В верхней части спины наиболее поверхностно располагается мышца:
а) трапециевидная б) большая ромбовидная
в) верхняя задняя зубчатая г) поднимающая лопатку
3. К глубоким мышцам груди относится:
а) большая грудная мышца б) малая грудная мышца
в) подключичная мышца г) поперечная мышца груди
4. Одной из наиболее крупных мышц плечевого пояса является мышца:
а) надостная б) подостная в) малая круговая г) дельтовидная
5. Сгибает бедро в тазобедренном суставе, а при фиксированном бедре наклоняет таз вместе с туловищем вперед мышца:
а) малая поясничная б) подвздошно-поясничная
в) грушевидная г) внутренняя запирательная
6. Трехглавая мышца голени осуществляет:
а) разгибание голени б) разгибание стопы
в) сгибание голени и стопы г) пронацию стопы
7. Грудина состоит из:
а) рукоятки б) тела в) мечевидного отростка г) основания
8. К многоосным суставам (с тремя осями движения) относятся суставы:
а) цилиндрические б) блоковидные в) мыщелковые г) шаровидные
9. Каждый свободный (истинный) позвонок состоит из:
а) тела и дуги б) тела и отростков в) дуги и отростков
г) дуги, позвоночных вырезок и отростков
10. Дистальный утолщенный конец плечевой кости носит название:
а) надмыщелка б) блока в) мыщелка г) головки
11. Вертлужную впадину образуют кости:
а) подвздошной б) седалищной в) лонной г) крестцовой
12. Большой вертел на бедренной кости расположен:
а) вверху и латерально б) внизу и медиально в) спереди г) сзади
13. Голеностопный сустав по форме сочленяющихся поверхностей и строе-нию относится соответственно к суставам:
а) седловидным, простым б) блоковидным, сложным
в) эллипсовидным, комплексным г) мыщелковым, комбинированным
14. Клювовидный отросток лопатки располагается:
а) выше суставной впадины б) ниже суставной впадины
в) на акромионе г) на верхнем углу лопатки
15. Сегменты спинного мозга, формирующие плечевое сплетение:
а) С1-С4 б) С1-С5 в) С4-С8 г) С1-С8
Тест 3
1. Укажите ветви тройничного нерва:
а) глазничная б) верхнечелюстная в) нижнечелюстная г) лобная
2. Укажите сплетение, из которого формируется срединный нерв:
а) шейное б) плечевое в) поясничное г) крестцовое
3. Лицевой нерв иннервирует:
а) жевательные мышцы б) мимические мышцы
в) жевательные и мимические мышцы г) жевательные мышцы и слюнные железы
4. Плечеголовной ствол отходит от:
а) аорты б) подключичной артерии
в) общей сонной артерии г) наружной сонной артерии
5. Базилярную артерию образуют артерии:
а) мозжечковые б) позвоночные в) задние мозговые г) внутренние грудные
6. Позвоночная артерия проходит вдоль:
а) грудного отдела позвоночника б) всего позвоночника

в) шейного отдела позвоночника г) поясничного отдела позвоночника
7. Листок плевры, прилегающий к легким:
а) париетальный б) висцеральный в) медиастинальный г) диафрагмальный
8. Ворота обоих легких располагаются на поверхности:
а) позвоночной б) медиальной в) диафрагмальной г) реберной
9. Поджелудочная железа расположена позади желудка в забрюшинном пространстве на уровне позвонков:
а) IX-X грудных б) XI-XII грудных в) I-II поясничных г) III-IV поясничных
10. Ворота печени располагаются в борозде:
а) поперечной б) левой продольной
в) правой продольной впереди г) правой продольной сзади
11. Входное кардиальное отверстие желудка расположено слева от тел по-звонков:
а) VIII-IX грудных б) X-XI грудных
в) XII грудного и I поясничного г) II-III поясничных
12. Влияние массажа на мышцы проявляется:
а) возрастанием их электрической активности
б) улучшением их упруго-вязких свойств
в) активизацией окислительно-восстановительных процессов в мышцах, пони-жением газообмена
г) нормализацией мышечного тонуса
13. Влияние массажа на лимфатическую систему:
а) противовоспалительное действие
б) ускорение движения лимфы, улучшение лимфооттока
в) предупреждение застойных явлений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
г) все ответы верные
14. Влияние массажа на кожу:
а) удаление отживших клеток, улучшение кожного дыхания
б) усиление выделения продуктов распада
в) повышение тонуса кожи
г) спазм кожных сосудов
15. Кратковременные, прерывистые, интенсивные приемы массажа оказывают на центральную нервную систему действие:
а) возбуждающее б) седативное в) гармонизирующее г) смешанное

## 6. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 7.1. Основная литература

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.

### 7.2. Дополнительная литература

1. Научно-практический журнал: «Лечебная Физкультура и Спортивная медицина», Москва, 2014 г. Дубровский, В. И.
2. Дубровский, В.И. Лечебный массаж/В. И. Дубровский.- М.: ВЛАДОС,2007

### 7.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
Российское образование http://www.edu.ru/
Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru
Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) http://fano.gov.ru/ru/
Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/
Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru (link is external)
Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 8.1. Программное обеспечение.

ROSA ENTERPRISE LINUX DESKTOP
WPS OFFICE 2016 Linux
Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита)
Система «Ведомости кафедры»
Мультимедийное сопровождение дисциплины

### 8.2. Материально-техническое обеспечение

331 учебная аудитория Екатеринбург, ул. Шаумяна,85; 206 кабинет массажа Екатеринбург, ул. Шаумяна, 85

206 ауд. Массажные кушетки, валики, стенды 5 шт. 331 ауд. Парты – 25 шт., стулья – 49 шт., доска классная – 1 шт., стенд – 4 шт., проектор и экран – 1 шт., стол письменный – 1 шт., жалюзи – 4., кулер – 1 шт.

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина **«Частные методики лечебного массажа»** предполагает следующие формы работы: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Отбор материала для лекционных занятий, его организацию рекомендуется производить в соответствии со следующими принципами: научности; комплексности; системности, наглядности.

Рекомендуется использовать следующие виды самостоятельной работы студентов: проработка конспекта лекции; анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме (с указанием страниц), подготовка рецензий; проведение научных исследований; выполнение тестовых заданий; выполнение домашней контрольной работы, письменное или устное решение задач, разбор конкретных ситуаций; подготовка к дискуссии по определенной проблеме на базе прочитанной литературы, изучения нормативных актов, практики т.д.; подготовка списка литературы (библиографии) и подборка нормативных источников по определенной тематике, их изучение и т.д.

Для освоения дисциплины рекомендуется использовать следующие методы и средства обучения: компьютерный класс, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук и т.д.), комплекты электронных презентаций/слайдов и т.д.