

СИЛАБУС
навчальної дисципліни «Спортивний та реабілітаційний масаж»
 для студентів освітнього рівня «Бакалавр»
 спеціальності «014 Середня освіта (Здоров'я людини)»
 факультету педагогіки та психології

2020-2021 навчальний рік

Назва навчальної дисципліни	«СПОРТИВНИЙ ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ МАСАЖ »
Організація навчання	<p><i>День тижня та час навчання за розкладом:</i> Четверг, 14.00-17.00</p> <p><i>Викладачі та їх контакти:</i> к.б.н., доц. Кузьменко О.П.</p> <p>м. Київ, вул. Тургенівська 8/14, 14 поверх , аудиторія 14–3; тел.(044)436–41–40; ел. адреса kmbvoogz@gmail.com</p> <p><i>Графік роботи викладачів:</i> Понеділок–П'ятниця, 8.00–16.00</p>
Актуальність навчальної дисципліни	<p>Масаж – один із способів оздоровлення організму, відомий ще з давніх часів. Сьогодні масаж – це науковий спосіб лікування багатьох хвороб за допомогою систематичних ручних прийомів: прогладжування, розтирання, розминання, биття і вібрації або струсу тіла людини. З грецької масаж означає «чіпати або проводити рукою», з арабської «ніжно погладжувати». Масаж для лікування почали використовувати в Китаї ще за 2000 років до Різдва Христового, в Індії за 700 років. Римляни застосовували масаж після боїв для знищення синців і пухлин на тілі. У Греції вже за часів Гіппократа масаж розглядали, як засіб, який добре допомагає при багатьох хворобах.</p>
Опис навчальної дисципліни	<p>“спортивний та реабілітаційний масаж ” є нормативною дисципліною циклу професійної підготовки студентів, що навчаються за спеціальністю 14 Середня освіта (Здоров'я людини) освітнього рівня «Бакалавр». Дисципліна вивчається на I курсі й передбачає опанування 3 кредитів ECTS (90 годин). Тижневе навантаження складає 8 год., в тому числі – 2 год. аудиторні заняття та 6 годин – самостійна робота студента. Формою підсумкового контролю є екзамен.</p>
Мета та завдання навчальної дисципліни	<p>Метою викладання навчальної дисципліни “спортивний та реабілітаційний масаж ” є формування у студентів базових знань для оволодіння методиками різних видів масажу, розуміння механізмів біологічної дії масажу, оволодіння навиками проведення різних видів масажу для профілактики захворювань .</p> <p>Основними завданнями вивчення дисципліни є формування теоретичних основ масажу; визначити фізіологічні механізми дії різних прийомів масажу на організм людини; правильно проводити основні та допоміжні прийоми масажу; оволодіти методиками загального масажу та самомасажу; оцінити вплив масажу на організм людини.</p>

Міждисциплінарні зв'язки	«Анатомія людини», «Фізіологія людини», «Фізіотерапія», «Основи медичних знань»
Методи навчання	Лекції із презентаційним супроводом; дискусії, «метод круглого столу», «мозковий штурм», метод-проект, тренінг, лабораторний експеримент, розв'язування ситуаційних задач, тестування.
Очікувані результати навчання	<p><i>Студенти повинні знати:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історію виникнення масажу, види, форми та засоби масажу. 2. Фізіологічний механізм впливу масажу на організм. 3. Вплив масажу на шкіру. 4. Вплив масажу на нервово-м'язову систему організму. 5. Вплив масажу на центральну та периферичну нервову систему. <p><i>Студенти повинні вміти:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. застосовувати основні та додаткові прийоми масажу на окремих ділянках тіла. 2. застосовувати композитні речовини для проведення масажу. 3. проводити сеанс загального масажу. 4. проводити сеанс оздоровчого масажу. 5. проводити сеанси спортивного та реабілітаційного масажу. 6. використовувати нормативно-інструктивну документацію МОЗ України для застосування масажу. <p><i>Студенти повинні набути компетентностей:</i></p> <p><u>Загальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, здатність вчитися; • здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; • знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності; • здатність приймати обґрунтоване рішення; працювати в команді; навички міжособистісної взаємодії; • здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово; • навички використання інформаційних і комунікаційних технологій; • здатність діяти соціально відповідально та свідомо. <p><u>Спеціальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність до проведення різних форм масажу; • здатність оцінювати показання та протипоказання до проведення масажу; • здатність оцінювати патологічні процеси, при яких використовують масаж.

<p>Тематичний план навчальної дисципліни</p>	<p><u>Теоретична підготовка:</u> Тема 1. Поняття, предмет і завдання масажу. Історія розвитку масажу. Основні поняття та визначення. Системи масажу: європейська, східна. Тема 2. Фізіологічні основи масажу. Вплив масажу на організм людини. Гігієнічні вимоги до масажу Тема 3. Техніка, фізіологічний вплив і види прогладжування, вижимання, розтирання, вібрації. Масаж у поєднанні з рухами.</p> <p><u>Практична підготовка:</u> Тема 1. Масаж голови, обличчя, шиї. Тема 2. Масаж верхніх і нижніх кінцівок Тема 3. Масаж спини, поперекової зони і тазу. Масаж грудей, черева.</p> <p><u>Самостійна підготовка:</u> Розроблення індивідуальних навчально-дослідних проєктів.</p>
<p>Навчальні ресурси</p>	<p><i>Основні літературні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Белая Н. А., Петров И. Б. Массаж лечебный и оздоровительный. - М.: Т-Око, 1994.- 270 с. 2. Фокин В. Н. Полный курс массажа: Учеб. пособие. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004. - 512 с. 3. Васичкин В. И. Справочник по массажу. - Л.: Медицина, 1991. - 192 с. 4. Латогуз С. И. Руководство по технике массажа и мануальной терапии. - Ростов н/Д: Фенникс; Харьков: Торсинг, 2002. - 512 с. 5. Бирюков А. А. Массаж: Учебник.- М.: Физкультура и спорт, 1988. 6. Тюрин А. М., Васичкин В. И. Техника массажа. - Л.: Медицина, 1979. <p><i>Додаткові літературні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Белая Н. А. Руководство по лечебному массажу. — М.: Медицина, 1974. 8. Бирюков А. А. Спортивный массаж (пособие для тренеров, спортивных врачей и массажистов). — М.: Физкультура и спорт, 1972. 9. Бирюков А. А. Баня и массаж. — Минск: Полымя, 1989. 10. Бирюков А. А. Массаж в борьбе с недугами. — М.: Сов. спорт, 1991. 11. Бирюков А. А. Массаж — спутник здоровья. — М.: Просвещение, 1992. 12. Бирюков А. А. Учитесь делать массаж. — М.: Азбука, 1995. 13. Бирюков А. А. Массаж для всех. — М.: Аппадия, 1996. 14. Бирюков А. А. Массаж и самомассаж. — Ростов н/Д, 1999. <p><i>Електронні ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. www.meduniver.com

	<p>2. library.vsmu.edu.ua 3. www.doctor-malinin.ru 4. www.dshinin.ru 5. www.Ifectology.ru 6. www.infekcii.net .</p>
<p>Політика курсу</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Студент повинен вчасно приходити на заняття; • У випадку пропуску 50, або більше % практичних (лабораторних) занять без поважної причини, які не були попередньо відпрацьовані, студент не буде допущений до підсумкового контролю (заліку); • Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю; • Студент має брати активну участь на практичних (лабораторних) заняттях; • Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; • Студент може відпрацювати будь-яке пропущене з поважної причини заняття чи вид контролю; • Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань. Проте користування зазначеними гаджетами під час практичних, індивідуальних та семінарських завдань дозволяється. • У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів. • Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету; • Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.
<p>Критерії оцінювання та розрахунок рейтингових балів</p>	<p><u>Поточний контроль</u> рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом опитування студентів на практичних та лабораторних заняттях та захисту виконаного практичного завдання.</p> <p><u>Контроль самостійної роботи студентів</u> здійснюється під час захисту виконаного студентом індивідуального навчально-дослідного проекту.</p> <p><u>Підсумковий контроль</u> рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом виконання студентами письмових контрольних робіт за темами модулів.</p> <p><u>Загальний рейтинговий бал</u> складається з суми семестрових рейтингових балів: усна відповідь (семестровий рейтинг 20 балів); захист лабораторної (практичної) роботи (семестровий рейтинг 20 балів); захист індивідуального навчально-дослідного проекту (семестровий рейтинг 10 балів); підсумкове тестування (семестровий рейтинг 50 балів).</p>

	<u>Нормативний рейтинговий бал – 100</u>
--	--