**ОСНОВИ ЛІКУВАЛЬНОГО МАСАЖУ**

**Кафедра соціальної роботи та реабілітації**

**Факультет гуманітарно-педагогічний**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Лектор*** | **Григоренко Тетяна Вікторівна** |
| ***Семестр*** | **7** |
| ***Освітній ступінь*** | **Бакалавр** |
| ***Кількість кредитів ЄКТС*** | **3** |
| ***Форма контролю*** | **Залік** |
| ***Аудиторні години*** | **30 (15 год лекцій, 15 год практичних чи лабораторних занять)** |

**Загальний опис дисципліни**

***Метою*** викладання дисципліни є засвоєння знань з Основ лікувального масажу, засвоєння техніки проведення лікувального масажу.

***знати:***

* знати гігієнічні вимоги до масажу;
* знати основні показання та протипоказання до масажу;
* знати фізіологічні основи впливу масажу на організм людини, внутрішні органи та системи;
* знати різновид прийомів лікувального масажу;
* засвоїти техніку проведення основних прийомів лікувального масажу;
* засвоїти методику проведення основних прийомів лікувального масажу;

***вміти:***

* визначити фізіологічні механізми дії прийомів масажу на організм людини, внутрішні органи та системи;
* правильно проводити основні та допоміжні прийоми масажу;
* вміти виконати масаж окремих частин тіла, використовуючи різні прийоми та техніки лікувального масажу;

***Компетентності:***

1. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

2. Здатність до розуміння широкого кола філософських питань, системних зв’язків між явищами і процесами; критичне мислення; використання набутого особистісно-професійного досвіду для вирішення наукових та фахових завдань; аналіз міждисциплінарних явищ та процесів; реалізація власного аксіологічного та наукового потенціалу.

3. Здатність працювати у колективі, долати психологічні бар’єри для ефективної командної роботи. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов’язків.

**Теми лекцій:**

1. Історія розвитку масажу. Системи масажу та його класифікація. Фізіологічні основи масажу.

2. Гігієнічні вимоги до масажу. Вимоги до приміщення та інвентарю. Вимоги до масажиста

3. Показання і протипоказання. Методика і техніка масажу. Масаж у поєднанні з рухами.

4. Масаж спини, шийного відділу, грудного відділу.

5. Масаж поперекового відділу і тазу.

6. Масаж грудей та черева, масаж голови, обличчя, шиї.

7. Масаж верхніх кінцівок, масаж нижніх кінцівок.

8. Самомасаж.

**Теми занять:**

***(семінарських, практичних, лабораторних)***

1. Історія розвитку масажу. Системи масажу та його класифікація. Фізіологічні основи масажу.

2. Гігієнічні вимоги до масажу. Вимоги до приміщення та інвентарю. Вимоги до масажиста

3. Показання і протипоказання. Методика і техніка масажу. Масаж у поєднанні з рухами.

4. Масаж спини, шийного відділу, грудного відділу.

5. Масаж поперекового відділу і тазу.

6. Масаж грудей та черева, масаж голови, обличчя, шиї.

7. Масаж верхніх кінцівок, масаж нижніх кінцівок.

8. Самомасаж.