


Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Частные методики массажа
Факультет	Физической культуры и реабилитации
Кафедра	Адаптивной физической культуры
Курс	3

Направление (специальность) 49.03.02. –Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль/специализация) физическая реабилитация

Форма обучения                      заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ:                      « 1 » сентября 2019 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол №  1  от  31.08.2020г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол №  1  от  27.08.2021г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Купцов Иван Михайлович	АФК	Доцент, к.п.н., доцент

<b>СОГЛАСОВАНО</b>
Заведующий выпускающей кафедрой Адаптивной физической культуры
 / <u> М.В.Балыкин </u> /
« <u> 18 </u> »                      июня                      2019г.

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель:** обучение бакалавров теории и практики частной методике массажа путем изучения сущности, ее основных видов и физиологического воздействия на организм человека.

**Задачи:**

- овладение практическими приемами различных видов массажа, ознакомление с анатомо-топографическими данными анатомических областей массажа;
- физиологическим влиянием массажа на организм человека;
- с показаниями, противопоказаниями к проведению массажа отдельных анатомических областей, методическими указаниями и особенностями проведения массажа каждой области;
- основными клиническими проявлениями заболеваний и травм;
- физиологическим действием массажа при заболеваниях и травмах;
- особенностями при проведении массажа при заболеваниях младенцев и детей раннего возраста, массаж в детской практике.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:


Дисциплина «Частная методика массажа» относится к вариативной части учебного плана, к дисциплинам по выбору и носит прикладной характер.

Требования к входным знаниям, умениям, и компетенциям студента:

**Знать:** Образовательную деятельность в соответствии с технологиями дифференцированного, развивающего обучения, осуществлять компетентный подход в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех возрастных и нозологических групп. Закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

**Уметь:** Проводить педагогический контроль на занятиях, уметь использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, составлять план проведения групповых занятий. Проводить методическое обоснование отбора лиц с ограниченными возможностями в спортивные команды. Разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, осуществлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическое сопровождение основных общеобразовательных программ. Оценивать эффективность применяемых методов оздоровительной физической культуры и методов спортивной тренировки в адаптивной культуре и спорте в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, разработка путей совершенствования работы в данном направлении. Обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры. Воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения

**Владеть:** Владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих).

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		


Дисциплина «Частные методики массажа» является предшествующей для дисциплин «Спортивный массаж», Преддипломная практика, Государственная итоговая аттестация.

### 3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
<p><b>ОПК-9</b> Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p><b>Знать:</b> методы и средства развития компенсаторных возможностей после болезней и травм.</p> <p><b>Уметь:</b> применять средства и методы развития компенсаторных возможностей при физической реабилитации после болезней и травм.</p> <p><b>Владеть;</b> методами, методическими приёмами и средствами физической реабилитации для развития компенсаторных возможностей пациентов после болезней и травм.</p>
<p><b>ПК-5</b> Способен руководить подготовкой и проведением мастер-классов, круглых столов, семинаров со специалистами образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта, по вопросам внедрения новых технологий по частным методикам массажа, проведение мероприятий по повышению квалификации и переподготовки инструкторов-методистов по различным видам массажа</p>	<p><b>Знать:</b> основные принципы подготовки и проведения мастер-классов, круглых столов, семинаров с массажистами; Формы внедрения частных методик массажа при реабилитации пациентов; Отправные положения по проведению повышения квалификации переподготовке массажистов</p> <p><b>Уметь:</b> подготовить и провести мастер-класс, круглый стол, семинар, со специалистами по массажу; внедрять новые технологии по частным методикам массажа при реабилитации пациентов после болезни и травм; Проводить мероприятия по повышению квалификации и переподготовки массажистов.</p> <p><b>Владеть;</b> Организаторскими способностями, при подготовке и проведении мастер-классов, круглых столов, семинаров, со специалистами по массажу; коммуникативными качествами при внедрении новых технологий по частным методикам массажа при реабилитации пациентов; Умением выстраивать отношения со слушателями при проведении повышения квалификации и переподготовке специалистов по массажу.</p>

#### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) - 2

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

#### 4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) - 72


Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения заочная)	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		3
1	2	5
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	8	8
Аудиторные занятия:	8	8
лекции		
Семинары и практические занятия		
лабораторные работы, практикумы	8	8
Самостоятельная работа	60	60
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	4	4
Курсовая работа		
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет	зачет
Всего часов по дисциплине	72	72

*\*В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий в таблице через слеш указывается количество часов работы ППС с обучающимися для проведения занятий в дистанционном формате с применением электронного обучения.*


#### 4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Форма обучения заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий				Форма текущего контроля знаний	
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме		
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
1. Массаж при шейно-грудном остеохондрозе	2					2	Тестирование, опрос, доклад
2. Массаж при плече-	4					4	Тестирова

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

лопаточном периартрите.							ние, опрос, доклад
3. Массаж при синдроме позвоночной артерии.	4					4	Тестирова ние, опрос, доклад
4. Массаж при кардиальном синдроме	2					2	Тестирова ние, опрос, доклад
5. Массаж при поясничном остеохондрозе.	2					2	Тестирова ние, опрос, доклад
6. Методика проведения массажа при детском церебральном параличе (ДЦП).	4					4	Тестирова ние, опрос, доклад
7. Методика проведения массажа при врожденной кривошее.	2					2	Тестирова ние, опрос, доклад
8. Методика проведения массажа при сколиозах (на примере правостороннего грудного и левостороннего поясничного сколиоза).	2					2	Тестирова ние, опрос, доклад
9. Массаж при неврите лицевого нерва	5			1	1	4	Тестирова ние, опрос, доклад
10. Массаж при неврите лучевого нерва.	6			2	2	4	Тестирова ние, опрос, доклад
11. Массаж при неврите локтевого нерва	2					2	Тестирова ние, опрос, доклад
12. Массаж при неврите срединного нерва.	6			2	2	4	Тестирова ние, опрос, доклад
13. Массаж при гипертонии.	5			1	1	4	Тестирова ние, опрос, доклад

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

14. Массаж при гипотонии.	2					2	Тестирование, опрос, доклад
15. Массаж при вывихах	2					2	Тестирование, опрос, доклад
16. Массаж при переломах конечностей.	2					2	Тестирование, опрос, доклад
17. Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 1,5 - 3 месяца.	4					4	Тестирование, опрос, доклад
18. Массаж при пупочной грыже	4					4	Тестирование, опрос, доклад
19. Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 4-6 месяцев.	4					4	Тестирование, опрос, доклад
20. Массаж при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.	8			2	2	2	Тестирование, опрос, доклад
21. Контрольное тестирование, контрольные работы				4			контрольные работы
Итого	72			12		60	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Тема 1: Массаж при шейно-грудном остеохондрозе

Классический массаж шейно-грудного отдела. Сегментарный массаж позвоночника и области лопаток; Приемы, применяемые при сегментарном массаже позвоночника.

### Тема 2: Массаж при плече-лопаточном периартрите.

Синдром шейного остеохондроза; Сегментарный массаж позвоночника; Классический массаж верхних конечностей с захватом плечевого сустава.

### Тема 3: Массаж при синдроме позвоночной артерии.


Синдром шейного остеохондроза. Классический массаж головы и воротниковой зоны. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела.

### Тема 4: Массаж при кардиальном синдроме.

Основные симптомы кардиального синдрома. Классический массаж грудной клетки с массажем межреберных промежутков. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела.

### Тема 5: Массаж при поясничном остеохондрозе.

Классический массаж крестцово-поясничного отдела; Сегментарный массаж на область

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

таза; Приемы, применяемые при сегментарном массаже на область таза; Растирание области крестца, сверление, вытяжение; Обработка промежутков между остистыми отростками, растирание гребня подвздошной кости.

**Тема 6:** Методика проведения массажа при детском церебральном параличе (ДЦП).

Задачи массажа при ДЦП; Сегментарный массаж позвоночника; Тонизирующий массаж ослабленных мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры; Расслабляющий массаж мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры.

**Тема 7:** Методика проведения массажа при врожденной кривошее.

Задачи массажа при врожденной кривошее; Приемы массажа, применяемые при врожденной кривошее; Прием поглаживание; Прием разминание; Прием вибрация.

**Тема 8:** Методика проведения массажа при сколиозах.

Показания и противопоказания к массажу при сколиозах; Массаж грудного отдела. Приемы, применяемые при массаже грудного отдела; Массаж поясничного отдела. Приемы, применяемые при массаже поясничного отдела; Расслабляющий массаж.

**Тема 9:** Массаж при неврите лицевого нерва.

Асимметрия лица; Гипотонус мимических мышц пораженной стороны лица; Классический массаж лица; Точечный массаж лица; Специальная мимическая гимнастика.

**Тема 10:** Массаж при неврите лучевого нерва.

Лучевой нерв; Основные характеристики неврита лучевого нерва; Тонизирующий массаж мышц тыльной поверхности руки; Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника; Точечный массаж.

**Тема 11:** Массаж при неврите локтевого нерва.

Локтевой нерв; Основные характеристики неврита локтевого нерва; Тонизирующий массаж предплечья и кисти; Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника; Точечный массаж.

**Тема 12:** Массаж при неврите срединного нерва. Срединный нерв;

Основные характеристики неврита срединного нерва; Тонизирующий массаж атрофированных мышц шейно-грудного отдела; точечный массаж.

**Тема 13:** Массаж при гипертонии.

Гипертония; Классический массаж головы, шеи и воротниковой зоны; Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника.

**Тема 14:** Массаж при гипотонии.

Гипотония; Классический массаж нижних конечностей, живота и крестцово-поясничного отдела; Сегментарный массаж позвоночника.

**Тема 15:** Массаж при вывихах.


Вывих; Профилактика атрофии мышц; Повышение сократительной способности суставной сумки; Классический массаж мышц; Особенности массажа сустава, подвергшегося вывиху.

**Тема 16:** Массаж при переломах конечностей.

Понятие перелома. Компрессионный и декомпрессионный переломы; Массаж в период иммобилизации: классический массаж грудной клетки. Массаж в период иммобилизации: сегментарный массаж шейно-грудного отдела (при травме верхних конечностей); Массаж в период иммобилизации: массаж живота, пояснично-крестцового отдела, сегментарный массаж поясничного отдела (при травмах нижних конечностей). Массаж после снятия иммобилизации: тонизирующий массаж суставов и атрофированных мышц.

**Тема 17:** Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 1,5 - 3 месяца.

Поглаживание ног; Поглаживание рук; 3Укладка на живот; 4.Массаж спины; 5Массаж живота; Растирание косых и поперечных мышц; Массаж стоп. Рефлекторные

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

упражнения для стоп; Сгибание и разгибание стоп; .Рефлекторное разгибание позвоночника в положении на боку; Рефлекторное ползание.

**Тема 18:** Массаж в детской практике. Массаж при пупочной грыже.

Понятие пупочной грыжи; Приемы массажа, применяемые при пупочной грыже; Точечный массаж прямых и косых мышц живота; Попытка ребенка к присаживанию из положения его лежа на спине; Хватание игрушки одной или двумя руками из положения лежа на животе; Рефлекторное упражнение: отклонение головы назад в положении лежа на животе; Упражнение «парение».

**Тема 19:** Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 4-6 месяцев. Приемы, применяемые при массаже ног; Упражнение «скользящие шаги»; Поворот со спины на живот при поддержке за руку; Массаж спины; Массаж живота; Массаж стоп и рефлекторные упражнения для стоп; Вибрационный массаж грудной клетки.

**Тема 20:** Массаж в детской практике. Массаж при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.

Приемы массажа, применяемые при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра; Приемы расслабления приводящих мышц бедер; Точечный массаж ягодичных мышц у головки бедра; Пассивные упражнения, применяемые при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.

## 6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

*«Данный вид работы не предусмотрен УП».*

## 7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

**Тема 1:** Массаж при шейно-грудном остеохондрозе

**Вопросы к теме:**

1. Классический массаж шейно-грудного отдела.
2. Сегментарный массаж позвоночника и области лопаток;
3. Приемы, применяемые при сегментарном массаже позвоночника.
4. Прием «поглаживание»;
5. Приём «сверление»;
6. Обработка межкостистых промежутков позвоночника;
7. Прием «вытяжение»;
8. Прием «толчок»;
9. Прием «вибрация».

**Тема 2:** Массаж при плече-лопаточном периартрите.

**Вопросы к теме:**


1. Синдром шейного остеохондроза;
2. Сегментарный массаж позвоночника;
3. Классический массаж верхних конечностей с захватом плечевого сустава.

**Тема 3:** Массаж при синдроме позвоночной артерии.

**Вопросы к теме:**

1. Синдром шейного остеохондроза.
2. Классический массаж головы и воротниковой зоны.



Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

### 3. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела.

#### **Тема 4:** Массаж при кардиальном синдроме.

##### **Вопросы к теме:**

1. Основные симптомы кардиального синдрома.
2. Классический массаж грудной клетки с массажем межреберных промежутков.
3. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела.

#### **Тема 5:** Массаж при поясничном остеохондрозе.

##### **Вопросы к теме:**

1. Классический массаж крестцово-поясничного отдела;
2. Сегментарный массаж на область таза;
3. Приемы, применяемые при сегментарном массаже на область таза;
4. Растирание области крестца, сверление, вытяжение;
5. Обработка промежутков между остистыми отростками, растирание гребня подвздошной кости.

#### **Тема 6:** Методика проведения массажа при детском церебральном параличе (ДЦП).

##### **Вопросы к теме:**

1. Задачи массажа при ДЦП;
2. Сегментарный массаж позвоночника;
3. Тонизирующий массаж ослабленных мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры;
4. Расслабляющий массаж мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры.

#### **Тема 7:** Методика проведения массажа при врожденной кривошее.

##### **Вопросы к теме:**

1. Задачи массажа при врожденной кривошее;
2. Приемы массажа, применяемые при врожденной кривошее;
3. Прием поглаживание;
4. Прием разминание;
5. Прием вибрация.

#### **Тема 8:** Методика проведения массажа при сколиозах.


##### **Вопросы к теме:**

1. Показания и противопоказания к массажу при сколиозах;
2. Массаж грудного отдела. Приемы, применяемые при массаже грудного отдела;
3. Массаж поясничного отдела. Приемы, применяемые при массаже поясничного отдела;
4. Расслабляющий массаж.

#### **Тема 9:** Массаж при неврите лицевого нерва.

##### **Вопросы к теме:**

1. Асимметрия лица;
2. Гипотонус мимических мышц пораженной стороны лица;
3. Классический массаж лица;
4. Точечный массаж лица;
5. Специальная мимическая гимнастика.

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

**Тема 10:** Массаж при неврите лучевого нерва.

**Вопросы к теме:**

1. Лучевой нерв;
2. Основные характеристики неврита лучевого нерва;
3. Тонизирующий массаж мышц тыльной поверхности руки;
4. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника;
5. Точечный массаж.

**Тема 11:** Массаж при неврите локтевого нерва.

**Вопросы к теме:**

1. Локтевой нерв;
2. Основные характеристики неврита локтевого нерва;
3. Тонизирующий массаж предплечья и кисти;
4. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника;
5. Точечный массаж.

**Тема 12:** Массаж при неврите срединного нерва.

**Вопросы к теме:**

1. Срединный нерв;
2. Основные характеристики неврита срединного нерва;
3. Тонизирующий массаж атрофированных мышц шейно-грудного отдела;
4. Точечный массаж.

**Тема 13:** Массаж при гипертонии.

**Вопросы к теме:**

1. Гипертония;
2. Классический массаж головы, шеи и воротниковой зоны;
3. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела позвоночника.

**Тема 14:** Массаж при гипотонии.

**Вопросы к теме:**

1. Гипотония;
2. Классический массаж нижних конечностей, живота и крестцово-поясничного отдела;
3. Сегментарный массаж позвоночника.

**Тема 15:** Массаж при вывихах.


**Вопросы к теме:**

1. Вывих;
2. Профилактика атрофии мышц;
3. Повышение сократительной способности суставной сумки;
4. Классический массаж мышц;
5. Особенности массажа сустава, подвергшегося вывиху.

**Тема 16:** Массаж при переломах конечностей.

**Вопросы к теме:**

1. Понятие перелома. Компрессионный и декомпрессионный переломы;
2. Массаж в период иммобилизации: классический массаж грудной клетки.
3. Массаж в период иммобилизации: сегментарный массаж шейно-грудного отдела (при травме верхних конечностей);
4. Массаж в период иммобилизации: массаж живота, пояснично-крестцового отдела,

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

сегментарный массаж поясничного отдела (при травмах нижних конечностей).

5. Массаж после снятия иммобилизации: тонизирующий массаж суставов и атрофированных мышц.

**Тема 17:** Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 1,5 - 3 месяца.

**Вопросы к теме:**

1. Поглаживание ног;
2. Поглаживание рук;
3. Укладывание на живот;
4. Массаж спины;
5. Массаж живота;
6. Растирание косых и поперечных мышц;
7. Массаж стоп. Рефлекторные упражнения для стоп;
8. Сгибание и разгибание стоп;
9. Рефлекторное разгибание позвоночника в положении на боку;
11. Рефлекторное ползание.

**Тема 18:** Массаж в детской практике. Массаж при пупочной грыже.

**Вопросы к теме:**

1. Понятие пупочной грыжи;
2. Приемы массажа, применяемые при пупочной грыже;
3. Точечный массаж прямых и косых мышц живота;
4. Попытка ребенка к присаживанию из положения его лежа на спине;
5. Хватание игрушки одной или двумя руками из положения лежа на животе;
6. Рефлекторное упражнение: отклонение головы назад в положении лежа на животе;
7. Упражнение «парение».

**Тема 19:** Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 4-6 месяцев.

**Вопросы к теме:**

1. Приемы, применяемые при массаже ног;
2. Упражнение «скользящие шаги»;
3. Поворот со спины на живот при поддержке за руку;
4. Массаж спины;
5. Массаж живота;
6. Массаж стоп и рефлекторные упражнения для стоп;
7. Вибрационный массаж грудной клетки.


**Тема 20:** Массаж в детской практике. Массаж при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.

**Вопросы к теме:**

1. Приемы массажа, применяемые при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра;
2. Приемы расслабления приводящих мышц бедер;
3. Точечный массаж ягодичных мышц у головки бедра;
4. Пассивные упражнения, применяемые при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.

## **8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ**

**Темы контрольных работ**


Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

1. Системы и методы массажа.
2. Техника выполнения приемов массажа.
3. Последовательность приемов массажа и массируемых участков тела.
4. Использование мазей, гелей, кремов при массаже.
5. Разновидности и техника выполнения рефлекторно-сегментарного массажа.
6. Гигиенические основы массажа.
7. Оборудование массажного кабинета.
8. Виды спортивного массажа и техника его выполнения.
9. Разновидности массажа.
10. Техники самомассажа.

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)**

### **Вопросы к зачету:**

1. Массаж при шейно-грудном остеохондрозе
2. Классический массаж шейно-грудного отдела.
3. Сегментарный массаж позвоночника и области лопаток;
4. Приемы, применяемые при сегментарном массаже позвоночника.
5. Прием «поглаживание»;
6. Приём «сверление»;
7. Обработка межостистых промежутков позвоночника;
8. Прием «вытяжение»;
9. Прием «толчок»;
10. Прием «вибрация
11. Синдром шейного остеохондроза;
12. Сегментарный массаж позвоночника;
13. Классический массаж верхних конечностей с захватом плечевого сустава.
14. Синдром шейного остеохондроза.
15. Классический массаж головы и воротниковой зоны.
16. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела
17. Основные симптомы кардиального синдрома.
18. Классический массаж грудной клетки с массажем межреберных промежутков.
19. Сегментарный массаж шейно-грудного отдела.
20. Классический массаж крестцово-поясничного отдела;
21. Сегментарный массаж на область таза;
22. Приемы, применяемые при сегментарном массаже на область таза;
23. Растирание области крестца, сверление, вытяжение;
24. Обработка промежутков между остистыми отростками, растирание гребня подвздошной кости.
25. Задачи массажа при ДЦП;
26. Сегментарный массаж позвоночника;
27. Тонизирующий массаж ослабленных мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры;
28. Расслабляющий массаж мышц спины, живота, ягодиц, дыхательно-вспомогательной мускулатуры
29. Задачи массажа при врожденной кривошее;
30. Показания и противопоказания к массажу при сколиозах;
31. Массаж грудного отдела. Приемы, применяемые при массаже грудного отдела;
32. Массаж поясничного отдела. Приемы, применяемые при массаже поясничного отдела;


Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

33. Расслабляющий массаж.
34. Массаж при неврите лицевого нерва.
35. Массаж при неврите лучевого нерва.
36. Массаж при неврите локтевого нерва.
37. Массаж при неврите срединного нерва.
38. Массаж при гипертонии.
39. Массаж при гипотонии.
40. Массаж при вывихах.
41. Массаж при переломах конечностей.
42. Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 1,5 - 3 месяца.
43. Массаж в детской практике. Массаж при пупочной грыже.
44. Массаж в детской практике. Массаж при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.


## 10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения заочная

<b>Название разделов и тем</b>	<b>Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)</b>	<b>Объем в часах</b>	<b>Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)</b>
Тема 1. Массаж при шейно-грудном остеохондрозе	Проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 2. Массаж при плече-лопаточном периартрите.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос
Тема 3. Массаж при синдроме позвоночной артерии.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 4. Массаж при кардиальном синдроме.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 5. Массаж при поясничном остеохондрозе.	Проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос
Тема 6. Методика проведения массажа при детском церебральном параличе (ДЦП).	Проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, решение задач
Тема 7. Методика проведения массажа при врожденной кривошее.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 8. Методика проведения массажа при	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к	2	Тестирование, опрос, доклад

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

сколиозах (на примере правостороннего грудного и левостороннего поясничного сколиоза).	сдаче зачета		
Тема 9. Массаж при неврите лицевого нерва	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 10. Массаж при неврите лучевого нерва.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 11. Массаж при неврите локтевого нерва	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 12. Массаж при неврите срединного нерва.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 13. Массаж при гипертонии.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 14. Массаж при гипотонии.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 15. Массаж при вывихах	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 16. Массаж при переломах конечностей	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	2	Тестирование, опрос, доклад
Тема 17. Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 1,5 - 3 месяца	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 18. Массаж при пупочной грыже	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 19. Массаж в детской практике. Массаж для детей в возрасте 4-6 месяцев.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	4	Тестирование, опрос, доклад
Тема 20 Массаж при врожденной дисплазии тазобедренного сустава и вывихах бедра.	Проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	6	Тестирование, опрос, доклад

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы

#### Основная

1. Налобина, А. Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 128 с. — ISBN 978-5-4497-0004-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/82673.html>
2. Налобина, А. Н. Основы классического массажа : учебное пособие / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 67 с. — ISBN 978-5-4497-0003-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/82672.html>
3. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 258 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/62950.html>

#### Дополнительная

1. Лечебная физкультура и массаж в системе реабилитационных мероприятий, используемых в гериатрии. Глава 2 // Руководство по геронтологии и гериатрии. В 4 томах. Том 3. Клиническая гериатрия / Авдеев С. Н., Аникин В. В., Анохин В. Н. и др. / Под ред. В. Н. Ярыгина, А. С. Мелентьева. — М. : ГЭОТАР–Медиа, 2010. — 896 с. — ISBN 978–5–9704–1461–3 — Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970414613.html>
2. Налобина А. Н. Лечебная физическая культура и массаж в детской неврологии : учебное пособие / А. Н. Налобина. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 292 с. — ISBN 978–5–4497–0002–5. — Текст : электронный // Электронно–библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/82671.html>

#### Учебно–методическая


1. **Купцов И. М.** Частные методики массажа : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / И. М. **Купцов**; УлГУ, Фак. физической культуры и реабилитации. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 378 КБ). - Текст : электронный. <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/7861>

Согласовано:





Должность сотрудника научной библиотеки      ФИО      Подпись      дата

Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

## б) Программное обеспечение

СПС Консультант Плюс  
НЭБ РФ  
ЭБС IPRBooks  
АИБС "МегаПро"  
Система «Антиплагиат.ВУЗ»  
ОС Microsoft Windows  
Антивирус Dr.Web  
Microsoft Office 2016  
«МойОфис Стандартный»

## в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. **IPRbooks** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / группа компаний Ай Пи Эр Медиа . - Электрон. дан. - Саратов , [2019]. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

1.2. **ЮРАЙТ** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. - Электрон.дан. – Москва , [2019]. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru>.

1.3. **Консультант студента** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО Политехресурс. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/pages/catalogue.html>.

1.4. **Лань** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО ЭБС Лань. - Электрон.дан. – С.-Петербург, [2019]. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com>.

1.5. **Znanium.com**[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО Знаниум. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://znanium.com>.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /Компания «Консультант Плюс» - Электрон.дан. - Москва :КонсультантПлюс, [2019].

3. **База данных периодических изданий** [Электронный ресурс] : электронные журналы / ООО ИВИС. - Электрон.дан. - Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>.

4. **Национальная электронная библиотека** [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://нэб.рф>.

5. **Электронная библиотека диссертаций РГБ** [Электронный ресурс]: электронная библиотека / ФГБУ РГБ. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dvs.rsl.ru>.

### 6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. Информационная система [Единое окно доступа к образовательным ресурсам](http://window.edu.ru). Режим доступа: <http://window.edu.ru>

6.2. Федеральный портал [Российское образование](http://www.edu.ru). Режим доступа: <http://www.edu.ru>

### 7. Образовательные ресурсы УлГУ:


7.1. Электронная библиотека УлГУ. Режим доступа :<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>

7.2. Образовательный портал УлГУ. Режим доступа :<http://edu.ulsu.ru>

Согласовано:

зам. кан. УИТИ / Киселев ДВ / \_\_\_\_\_  
Должность сотрудника УИТИ / ФИО / подпись дата



Ульяновский государственный университет Институт медицины, экологии и физической культуры	Форма	
Ф-Рабочая программа по дисциплине		

## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

• Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе: мультимедиа проектор, экран на штативе, компьютер. Учебный кабинет оборудован обитыми дерматином массажными столами; обитыми дерматином валиками круглой формы; кушетками массажными для горизонтального расположения пациента; креслами массажными для массажа лица и волосистой части головы; шкафами для хранения чистых простыней, полотенец, халатов, масел, талька, аптечки; раковиной, кранами для холодной и горячей воды; ширмой.

## 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

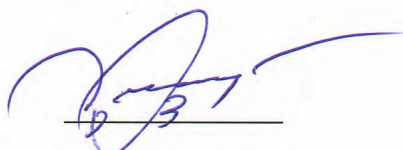
– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

- в случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей

Разработчик



доцент

Купцов И.М.