

Вінницький національний медичний університет ім. М.І.Пирогова
Кафедра спортивної медицини, фізичного виховання та реабілітації

"Затверджую"

Проректор закладу вищої освіти
з науково-педагогічної роботи і
міжнародних зв'язків

 професор ЗВО
Інна АНДРУШКО
«30» серпня 2024р.

«Погоджую»

Завідувач кафедри спортивної
медицини, фізичного виховання та
реабілітації

 професор ЗВО
Лариса САРАФІНІЮК
«29» серпня 2024 р.

СИЛАБУС

«Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж.
Спортивний масаж»

Спеціальність	227 «Терапія та реабілітація»
Освітній рівень	Бакалавр
Освітня програма	ОПП «Фізична терапія» 2023
Навчальний рік	2024-2025
Кафедра	спортивної медицини, фізичного виховання та реабілітації
Контактна інформація	<i>fizkult@vnmti.edu.ua,</i> <i>вул.Пирогова, 56 (спортивний корпус),</i> <i>(0432) 695995</i>
Укладач силабусу	Доцент ЗВО Городецька О.О.

1. Статус та структура дисципліни

Статус дисципліни	За вибором
Код дисципліни в ОПП та місце дисципліни в ОПП	ВК 2.5, складова циклу вибіркових дисциплін
Курс/семестр	1 курс (II семестр)
Обсяг дисципліни (загальна кількість годин/ кількість кредитів ЄКТС)	90 годин, кредитів-3
Структура дисципліни	Лекцій -10 годин Практичні заняття -36годин Самостійна робота -44 години В цілому: аудиторні заняття – 51%, самостійна поза аудиторна робота – 49%
Кількість змістових модулів	1
Мова викладання	українська
Форма навчання	Очна (при впровадженні карантинних заходів- дистанційна очна)

2. Опис дисципліни

Предмет дисципліни «Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж. Спортивний масаж» є класична методика масажу; форми, засоби та методи масажу; механізми впливу прийомів масажу на системи організму.

Передреквізити. «Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж. Спортивний масаж» як навчальна дисципліна базується на вивченні студентами основ здорового способу життя, анатомії людини, фізіології людини з фізіологією рухової активності, вступ до спеціальності»; закладає основи здорового способу життя, поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності; забезпечує послідовність та взаємозв'язок з основами медико-соціальної реабілітації, рекреаційним та курортним засобам в реабілітації, клінічній вертебрології, сучасним реабілітаційним технологіям,, що передбачає інтеграцією викладання з цими дисциплінами та формування умінь застосовувати знання з основ здорового способу життя в процесі подальшого навчання й у професійній діяльності.

Мета курсу та його значення для професійної діяльності.

1. **Метою викладання навчальної дисципліни** є формування системи знань про масаж, розуміння концептуальних основ різних видів масажу, відомостей про масажні техніки, спортивний масаж та самомасаж, набуття навичок самостійної роботи щодо засвоєння навчального матеріалу з застосування класичного лікувального, гігієнічного та спортивного видів масажу також є показником професійної культури майбутнього спеціаліста.

2. Основними **завданнями** вивчення навчальної дисципліни «Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж. Спортивний масаж» є: засвоєння теоретико-методологічні основи значення масажу та його місця у фізичній реабілітації; вивчення показів, протипоказів та застережень до застосування видів, форм та методів масажу; засвоєння теоретичних відомостей щодо особливостей прийомів масажу та їх застосування у різновидах масажу; оволодіння практичними навичками виконання різновидів масажу.

В результаті вивчення дисципліни студенти повинні:

Знати:

- відомості з історії виникнення та розвитку масажу як методу оздоровлення, реабілітації та профілактики захворювань;
- загальні анатомічні та фізіологічні основи масажу;
- правила проведення та гігієнічні основи масажу;
- вимоги до організації праці масажиста;
- види масажу;
- техніки масажу;
- особливості поєднання масажу з іншими методами відновлення;
- покази та протипокази до застосування масажу;

Вміти:

- виконувати основні прийоми масажу;
- повести масаж на окремих анатомічних ділянках;
- виконувати загальний масаж, самомасаж, лікувальний масаж;
- виконувати сегментарно-рефлекторний масаж, сполучнотканинний масаж, періостальний масаж;
- виконувати спортивний масаж;
- виконувати масаж дітям при різних захворюваннях;
- вибудовувати диференційовану методику масажу з урахуванням індивідуального підходу до пацієнта.

3. Зміст та логістика дисципліни

Модуль 1	2семестр 90 годин	Практичні заняття № 1-18 Теми для самостійного опрацювання № 18
----------	----------------------	---

Модуль 1.

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Медико-біологічні основи масажу. Самомасаж та основи апаратного масажу.

Тема 2. Спортивний масаж у процесі підготовки спортсменів різної спеціалізації та кваліфікації. Особливості проведення масажу юних спортсменів. Спортивний масаж при травмах та захворюваннях у спортсменів.

Тема 3. Лікувально-реабілітаційний масаж при травматичних пошкодженнях опорно-рухового апарату та травмах центральної та периферичної нервової системи.

Тема 4. Лікувально-реабілітаційний масаж при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систем.

Тема 5. Лікувально-реабілітаційний масаж при захворюваннях травної, ендокринної системи та порушенні обміну речовин. Масаж після оперативних втручань .

На практичних заняттях студенти вчаться виконувати основні прийоми масажу. Самостійна робота студента передбачає підготовку до практичних занять та опрацювання інформації, вивчення тем для самостійної поза аудиторної роботи, підготовка презентацій, опрацювання наукової літератури. Контроль засвоєння тем самостійної поза аудиторної роботи здійснюється на практичних заняттях та підсумковому контролі з дисципліни.

Календарні плани практичних занять, тематичний план самостійної поза аудиторної роботи, обсяг та напрямки індивідуальної роботи опубліковані на сайті кафедри.

Маршрут отримання матеріалів: Кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації/Студенту/ Очна форма навчання / Фізична терапія/ 2 курс/Навчально-методичні матеріали/ або за посиланням <https://www.vnmua.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації. Доступ до матеріалів здійснюється з корпоративного акаунту студента s000XXX@vnmua.edu.ua.

4. Форми та методи контролю успішності навчання

Поточний контроль на практичних заняттях	Поточний контроль з навчальної дисципліни «Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж. Спортивний масаж» здійснюється під час проведення практичних занять.
Підсумковий семестровий контроль (залік) по завершенню 2 семестру	Згідно положення про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання https://www.vnmua.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи)
Засоби діагностики успішності навчання	Виконання практичних завдань.

5. Критерії оцінювання

Оцінювання знань здійснюється згідно Положення про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmua.edu.ua/Загальна інформація/Основні документи>)

Поточний контроль	За чотирьох бальною системою традиційних оцінок: 5 «відмінно», 4 «добре», 3 «задовільно», 2 «незадовільно»
Залік	За 200-бальною шкалою (середня арифметична оцінка за семестр конвертується в бали) Зараховано: від 122 до 200 балів Не зараховано: менше 122 балів (див.Шкалу оцінювання)

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
180-200	A	відмінно	зараховано -
170-179,99	B	добре	
160-169,99	C		
141-159,99	D	задовільно	-
122-140,99	E	задовільно	-
0-121,99	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Критерії оцінювання знань студента

Оцінювання усної/письмової відповіді під час поточного контролю

Оцінка «**відмінно**» виставляється студенту, який володіє глибокими теоретичними знаннями з масажу, виконує всі основні прийоми масажу різними способами, може провести процедуру масажу при різних нозологіях у осіб різного віку та статті.

Оцінка «**добре**» який володіє знаннями з масажу, виконує основні прийоми масажу, може провести процедуру масаж та пояснити основні завдання його виконання.

Оцінка «**задовільно**» виставляється студенту, який володіє знаннями, необхідними для виконання певного прийому масажу на елементарному рівні розпізнання.

Оцінка «незадовільно» виставляється студенту, який не виявив достатніх знань теми практичного заняття, допустив принципові помилки в техніці виконання основних прийомів.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи студентів

Нарахування індивідуальних балів здійснюють на підставі Положення про організацію навчального процесу у Вінницькому національному медичному університеті ім.М.І.Пирогова.

12 балів – додаються до дисципліни студенту, який отримав призове місце на міжвузівських олімпіадах з дисципліни або призове місце на міжвузівській/міжнародній науковій конференції з наявністю друкованої роботи.

10 балів – додаються до оцінки з дисципліни студенту, який отримав I місце на внутрішньовузівській олімпіаді з дисципліни або I місце на студентській науковій конференції з наявністю друкованої роботи,

8 балів- додаються до оцінки з дисципліни студенту, який отримав призове місце (II-III) на внутрішньовузівській олімпіаді з дисципліни або на студентській науковій конференції з наявністю друкованої роботи; або за участь (без призового місця) міжвузівських олімпіадах з дисципліни або призове місце на міжвузівській/міжнародній науковій конференції з наявністю друкованої роботи.

6 балів – додаються до оцінки з дисципліни студенту, який приймав участь (без призового місця) у внутрішньовузівській олімпіаді з дисципліни або студентській науковій конференції з наявністю друкованої роботи

4 балів - додаються до оцінки з дисципліни студенту, який активно приймав участь у роботі студентського наукового гуртка, опублікував друковану роботу за результатами науково-практичного дослідження, але не приймав особисто участь у студентській науковій конференції, підготував стендову доповідь.

Кількість балів за індивідуальні завдання студента не може перевищувати 12 балів за дисципліну. При цьому, максимальна сума балів, яку може отримати студент за дисципліну не може перевищувати 200 балів.

6. Політика навчальної дисципліни/курсу

Студент має право на отримання якісних освітніх послуг, доступ до сучасної наукової та навчальної інформації, кваліфіковану консультативну допомогу під час вивчення дисципліни та опанування практичними навичками. Політика кафедри під час надання освітніх послуг є студентоцентрованою, базується на нормативних документах Міністерства освіти та Міністерства охорони здоров'я України, статуті університету та порядку надання освітніх послуг, регламентованого основними положеннями організації навчального процесу в ВНМУ ім.М.І.Пирогова та засадах академічної доброчесності.

Дотримання правил розпорядку ВНМУ, техніки безпеки на практичних заняттях. Інструктаж з техніки безпеки, безпеки поведінки з спортивним

інвентарем проводиться на першому практичному занятті викладачем (на початку кожного семестру). Проведення інструктажу реєструється в Журналі інструктажу з техніки безпеки. Студент, який не пройшов інструктаж, не допускається до виконання практичних робіт.

Вимоги щодо підготовки до практичних занять. Студент повинен бути підготовленим до практичного заняття.

На заняття слід приходити вчасно, без запізнення. Студент, який запізнився більше, ніж на 15 хвилин на заняття, не допускається до останнього і повинен його відпрацювати в установленому порядку.

На практичних заняттях студент має бути одягнений в халат або верх медичного костюма. Студенти, які не мають відповідного одягу, не допускаються до заняття.

Студент повинен дотримуватись правил безпеки на практичних заняттях та під час знаходження у масажному кабінеті.

Під час обговорення теоретичних питань студенти мають демонструвати толерантність, ввічливість та повагу до своїх колег та викладача.

Використання мобільних телефонів та інших електронних девайсів. Використання мобільних телефонів та інших електронних пристроїв на занятті не допускається. Тільки під час дистанційного навчання.

Академічна доброчесність. Під час вивчення дисципліни студент має керуватись Кодексом академічної доброчесності ВНМУ ім.М.І.Пирогова (<https://www.vnmu.edu.ua/> загальна інформація/ Основні документи/ Кодекс академічної доброчесності). При порушенні норм академічної доброчесності під час поточного та підсумкових контролів студент отримує оцінку «2» та повинен її відпрацювати своєму викладачу в установленому порядку протягом двох тижнів після отриманої незадовільної оцінки.

Пропуски занять. Пропущені заняття відпрацьовуються в порядку, установленому в Положенні про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmu.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи) у час, визначений графіком відпрацювань (опублікований на сайті кафедри <https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації черговому викладачу).

Порядок допуску до підсумкового контролю з дисципліни наведений в Положенні про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmu.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи). До підсумкового контролю допускаються студенти, які не мають пропущених невідпрацьованих практичних занять та отримали середню традиційну оцінку не менше «3».

Додаткові індивідуальні бали. Індивідуальні бали з дисципліни студент може отримати за індивідуальну роботу, обсяг якої оприлюднений на сайті кафедри в навчально-методичних матеріалах дисципліни, кількість балів визначається за результатами ІРС згідно Положенню про організацію освітнього процесу у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (посилання <https://www.vnmu.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи).

Вирішення конфліктних питань. При виникненні непорозумінь та претензій до викладача через якість надання освітніх послуг, оцінювання знань та інших конфліктних ситуацій, студент повинен подати спершу повідомити про свої претензії викладача. Якщо конфліктне питання не вирішено, то студент має право подати звернення до завідувача кафедри згідно Положення про розгляд звернень здобувачів вищої освіти у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (<https://www.vnmu.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи).

Політика в умовах дистанційного навчання. Порядок дистанційного навчання регулюється Положенням про запровадження елементів дистанційного навчання у ВНМУ ім.М.І.Пирогова (<https://www.vnmu.edu.ua/> Загальна інформація/Основні документи). Основними навчальними платформами для проведення навчальних занять є Microsoft Team, Google Meets. Порядок проведення практичних занять, відпрацювань під час дистанційного навчання оприлюднюється на веб-сторінці кафедри (<https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації/ Студенту або <https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації/ Новини).

Зворотній зв'язок з викладачем здійснюється через месенджери (Viber, Telegram, WhatsApp) або електронну пошту (на вибір викладача) в робочий час.

7. Навчальні ресурси Навчально-методичне забезпечення дисципліни оприлюднено на сайті кафедри. Маршрут отримання матеріалів <https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації / Студенту.

Рекомендована література

Основна:

1. Вакуленко Л. О. Лікувальний масаж. – Тернопіль: ТДМУ, 2006. – 468 с.
2. Єфіменко П.Б. Техніка та методика класичного масажу: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Харків: «ОВС», 2007. -216 с.: іл.
3. Дарійчук С. В. Основи масажу та самомасажу : навч. метод. посібник. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018.184 с
4. Корольчук А. П., Сулима А. С. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту. Вінниця, 2018.124 с.
5. Руденко Р.Є. Спортивний масаж. В-ня 2-ге, виправ. – Л.: Ліга-Прес, 2003. – 100 с.
6. Руденко Р. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 304 с.
7. Степашко М. В., Сухостат Л. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині : підручник. Київ : ВСВ Медицина, 2010. 352 с.

8. Підкопай Д. О. Класичний масаж : підручник. Харків : Коллегіум, 2019. 452 с.

Допоміжна:

1. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації [Текст]: Навч. посіб. / А. М. Порада, О. В. Солодовник, Н. Є. Прокопчук. – 2е вид. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.

2. Мухін В. М. Фізична реабілітація: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту. — К.: Олімпійська література, 2000. — 423 с

3. Степашко М. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: Підручник / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. – К.: Медицина, 2006. – 288 с.

4. Основи здорового способу життя : підручник / [М. І. Кручаниця та ін.] ; М-во освіти і науки України, ДВНЗ "Ужгор. нац. ун-т", Ф-т здоров'я людини. – Ужгород : РІК-У, 2016. – 263 с. : іл., табл. – Бібліогр.: с. 207–210.

Інформаційні ресурси

сайт університету: <https://www.vnmu.edu.ua>;

- бібліотека: <http://library.vnmu.edu.ua>.

<https://www.vspu.edu.ua/faculty/sport/doc/metod1.pdf>

https://repository.tdmu.edu.ua/bitstream/handle/1/8676/lik_masazh.pdf?sequence=1

<https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/3566/%D0%9E%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%20%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6%D1%83%20%D1%82%D0%B0%20%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6%D1%83.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/365/1/masazh_pokazhchyk.pdf
<https://booksmed.info/masazh/>

8. **Розклад та розподіл груп по викладачам** опублікований на веб-сторінці кафедри ((<https://www.vnmu.edu.ua/> кафедра спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації / Студенту).

Силабус з дисципліни «Масаж загальний і самомасаж. Лікувально-реабілітаційний масаж. Спортивний масаж» обговорено та затверджено на засіданні кафедри спортивної медицини фізичного виховання та реабілітації (протокол №_, від « 11 » вересня 2023 року

Відповідальний за курс

доцент ЗВО Олександра ГОРОДЕЦЬКА

(підпис)

Завідувач кафедри

професор ЗВО Лариса САРАФІНІЮК

(niθnuc)