

ПИТАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

1. Вплив масажу на шкіру.
2. Загальна характеристика прийому погладжування під час масажу. Основні види прийому погладжування.
3. Масаж голови, обличчя, шиї.
4. Вплив масажу на нервову систему.
5. Додаткові види прийому погладжування. Методичні рекомендації до виконання прийому погладжування.
6. Масаж верхніх кінцівок.
7. Вплив масажу на суглобо-зв'язковий апарат.
8. Загальна характеристика прийому вижимання під час масажу. Основні види прийому вижимання.
9. Масаж нижніх кінцівок.
10. Вплив масажу на серцево-судинну і лімфатичну системи.
11. Додаткові види прийому вижимання. Методичні рекомендації до виконання прийому вижимання.
12. Масаж спини, поперекової зони і тазу.
13. Вплив масажу на м'язову систему.
14. Загальна характеристика прийому розминання під час масажу. Основні види прийому розминання.
15. Масаж грудей, черева.
16. Вплив масажу на внутрішні органи та обмін речовин.
17. Додаткові види прийому розминання. Методичні рекомендації до виконання прийому розминання.
18. Вимоги до масажного приміщення та обладнання.
19. Загальна характеристика прийому розтирання під час масажу. Основні види прийому розтирання.
20. Масаж верхніх кінцівок.
21. Вимоги до масажиста. Вимоги до рук масажиста.
22. Додаткові види прийому розтирання. Методичні рекомендації до виконання прийому розтирання.
23. Масаж нижніх кінцівок.
24. Основні правила методики і техніки масажу.
25. Загальна характеристика прийому вібрації під час масажу. Основні види прийому вібрації.

26. Масаж спини, поперекової зони і тазу.

27. Показання і протипоказання щодо використання масажу.

28. Додаткові види прийому вібрації. Методичні рекомендації до виконання прийому вібрації.

29. Масаж грудей, черева.