

Київський національний університет
будівництва і архітектури
Кафедра _____
«Затверджую»

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Сторінка 1 з 4
--------------------	---	----------------

Завідувач кафедри

Шашин О. М.

« 12 » вересня 2022 р.

Розробник силябуса

Клименко Т. А.



СИЛАБУС МАСАЖ

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

1) Шифр за освітньою програмою: <u>017</u>
2) Навчальний рік: <u>2022/2023</u>
3) Освітній рівень: перший рівень вищої освіти (бакалавр)
4) Форма навчання: денна, заочна, дуальна, дистанційна, змішана
5) Галузь знань: 01 Освіта/педагогіка
6) Спеціальність, назва освітньої програми: 017 «Фізична культура і спорт»
8) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) вибіркова
9) Семестр: V
11) Контактні дані викладача: (зазначається посада, вчений ступінь, ПІБ викладача, корпоративна адреса електронної пошти, телефон, посилання на сторінку викладача на сайті КНУБА) Ст.викладач: Т. А. Клименко klymenko.ta@knuba.edu.ua м/т (093)902-63-23
12) Мова викладання: українська
13) Пререквізити (дисципліни-попередники, які необхідно вивчити, щоб слухати цей курс): Анатомія людини, Гігієна фізичного виховання і спорту, Фізіологія людини, Біохімія і біохімічні основи ФВіС, Біомеханіка, Фізіологія рухової активності.
14) Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Масаж» є: засвоєння студентами теоретичних основ масажу та практичних навичок масажу, їх вплив на організм людини, особливостей дії окремих методик масажу з урахуванням індивідуального підходу до пацієнта.

15) Результати навчання:				
№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН5 Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.	Опитування, поточні та підсумкові	Лекції, практичні заняття	ІК., ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14

2.	ПРН14 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.	Опитування, поточні та підсумкові контрольні роботи, Доповіді, тестування, практична перевірка, метод самоконтролю та самооцінки, залік.	Лекції, практичні заняття (семінари), консультації.	ІК.. ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14..
3.	ПРН15 Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.			ІК.. ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14
4.	ПРН16 Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.			ІК.. ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14
5..	ПРН20 Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.			ІК.. ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14
6.	ПРН21 Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.			ІК.. ЗК 1,5,12 ФК 3,4,7,9,12,14

16) Структура курсу:

Лекції, год.	Практичні заняття, год.	Лабораторні заняття, год.	Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота	Самостійні робота здобувача, год.	Форма підсумко- вого контролю
20	20		Контрольна робота	50	
Сума годин:				90	
Загальна кількість кредитів ECTS				3	
Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження:				40	

17) Зміст курсу: (окремо для кожної форми занять – Л/Пр/Лаб/ КР/СРС)

Лекції:

Змістовий модуль 1. . Основи масажу. Фізіологічний вплив масажу на стан органів та систем організму.

Тема 1. Історія масажу.

Тема 2. Основні поняття і принципи класичного масажу.

Тема 3-4. Механізм фізіологічного впливу масажного на організм людини.

Змістовий модуль 1. Техніка виконання основних і додаткових прийомів масажу.

Тема 5-6. Техніка основних і допоміжних прийомів масажу.

Тема 7. Масаж окремих ділянок тіла.

Тема 8. Масаж верхньої і нижньої кінцівок.

Тема 9. Загальна характеристика спортивного масажу.

Тема 10. Репаративний.

Змістовий модуль 3.

Практичні:

№ з/п	Теми семінару	К-ть годин
1.	Історія масажу.	2

2.	Основні поняття і принципи класичного масажу.	2
3.	Механізм фізіологічного впливу масажного на організм людини.	2
4.	Механізм фізіологічного впливу масажного на організм людини.	2
5.	Техніка основних і допоміжних прийомів масажу.	2
6.	Техніка основних і допоміжних прийомів масажу.	2
7.	Масаж окремих ділянок тіла.	2
8.	Масаж верхньої і нижньої кінцівок.	2
9.	Загальна характеристика спортивного масажу.	2
10.	Репаративний.	2
Усього годин		20

Самостійна робота:

№ з/п	Назва тем для самостійної роботи	К-ь годин
1.	Вивчення матеріалів лекції.	2
2.	Відпрацювання прийомів масажу. Погладження: прямолінійне, зигзагоподібне, комбіноване, концентричне, двома руками, однією рукою, внутрішньою частиною кисті, одним, двома і т. д. пальцями.	4
3.	Відпрацювання прийомів масажу. Витискання: однією рукою, двома руками, поперечне, ребром долоні, одним і двома кулаками, передпліччям, основою однієї та двох долонь, великим пальцем.	4
4.	Відпрацювання прийомів масажу. Розтирання: подушечками чотирьох пальців (прямолинійне, спіралеподібне, колоподібне), подушечками великих пальців, основою долоні, гребнями пальців, фалангами пальців, бугорами великих пальців, «щипці» (прямолинійні, спіралеподібні).	4
5.	Відпрацювання прийомів масажу. Розминання: ординарне, подвійний гриф, подвійне кільцеве (повздовжнє, комбіноване, основою долоні) подвійне ординарне, повздовжнє, щипцеподібне, основою долоні з перекатом, фалангами пальців, подушечками чотирьох пальців, гребнями кулака, двома руками, передпліччям, колоподібне основою долоні, пунктирне кулаками, ваяння, ліктем.	4
6.	Відпрацювання прийомів масажу. Вібрація: порушування (одним, двома і т. д. пальцями, кулаком, долонею), струшування.	4
7.	Відпрацювання прийомів масажу. Ударні прийоми: рубання, околотування, поплескування, шмагання, пунктування, постукування (одним, двома і т. д. пальцями).	4
8.	Відпрацювання прийомів масажу. Рухи у суглобах: активні, пасивні, з протидією (прямолинійні, колоподібні, тиснення).	4
9.	Відпрацювання прийомів масажу на волосяній частині голови..	2
10.	Відпрацювання прийомів масажу на обличчі.	2
11.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах шиї.	2
12.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах грудей.	2
13.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах спини.	2
14.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах живота.	2
15.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах верхніх кінцівок.	2
16.	Відпрацювання прийомів масажу на м'язах нижніх кінцівок.	2
17.	Відпрацювання прийомів масажу.	2
18.	Відпрацювання прийомів самомасажу.	2

Курсовий проект/курсова робота/РГР/Контрольна робота:

(тематика, зміст) Складається з теоретичної частини-відповіді на питання за темами лекцій і практичної-показати прийоми масажу.

18) Основна література:

1. Бирюков А. А. Лечебный массаж: [учеб. для студентов высших учеб. заведений] / А. А. Бирюков. – М.: Академия, 2004. – 368 с.
2. Бирюков А. А. Спортивный массаж: [учеб. для студ. высш. учеб. заведений] / А. А. Бирюков. – М.: Академия, 2006. – 576 с.
3. Васичкин В.И. Энциклопедия массажа. – М.: АСТ- ПРЕСС, 2001. – 656 с.
4. Дубровский В.И. Масаж: Учеб. для сред. и высш.учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 496с.
5. Куничев, Л.А. Лечебный массаж: практическое руководство / Л. А. Куничев. – К.: Вища школа, 1984. – 280 с.
6. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 2-ге вид., переробл. та доповн. – К.: Олімпійська література, 2005. – 422 с.
7. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-те вид., переробл. та доповн. – К.: Олімпійська література, 2009. – 488 с.
8. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. – К.: Медицина, 2010. – 352 с.
9. Фокин В.Н. Полный курс массажа: Учеб. пособие. – М.: ФАИРПресс, 2004. – 512 с.
10. Физическая реабилитация: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей ред. С.Н. Попова. – Ростовн/Дону: Феникс, 2004. – 608 с.

19) Додаткові джерела:

1. Белая Н. А. Массаж лечебный и оздоровительный. – М.: Т-Око, 1994. – 270 с. 2. Белоголовский Г.Г. Анатомия человека (для массажистов). Издво ЙОКНЕАМ ИЛЛИТ, 2007. – 635 с.
3. Вербов А. Ф. Основы лечебного массажа. 5–е изд. – М.: Медицина, 1966. – 303 с.
4. Васичкин В. И., Васичкина Л. Н. Методики массажа / В.И. Васичкин, Л.Н. Васичкина М.: ЗАО Изд–во ЭКСМО–Пресс, 2000. – 384 с.
5. Глязер О., Далихо В. А. (Glaser O., Dalico W. A.) Сегментарный массаж / Пер. с нем. – М.: Медицина, 1965. – 124 с.
6. Залесова Е.Н. Массаж от А до Я. – Мн.: Харвест, М.: ООО «Издво АСТ»; 2000. – 400 с.
7. Исаев Ю.А. Сегментарно–рефлекторный и точечный массаж в клинической практике. Киев: Здоровья, 1993. – 320 с.
8. Еремушкин М.А. Классическая техника массажа при травмах и заболеваниях опорнодвигательного аппарата. Справочное пособие. – СПб.: Наука и техника, 2010. – 192 с.
9. Еремушкин М. А. Медицинский массаж. Теория и практика. — СПб.: Наука и техника, 2009. – 544 с.
10. Лечебный классический массаж. Приемы, планы массажа отдельных частей тела / И.Н. Макарова, В.В. Филина. – 2 изд., испр. и доп. – М.: Изд. Триада-Х, 2006. – 88 с.

20) Система оцінювання навчальних досягнень (розподіл балів):

Поточне оцінювання			Підсумковий контроль	Сума
ПРН.01	ПРН.02	ПРН.03		
20	20	50	10	100

21) Умови допуску до підсумкового контролю:

- Відвідувати лекції (онлайн/офлайн);
- Відвідувати практичні (семінарські заняття);
- Активно працювати на заняттях, відповідати на питання, готувати даткові завдання, робити доповіді);
- вивчати тематичний матеріал передбачений самостійною роботою;
- наявність поточної та підсумкової контрольних робіт;
- дотримання умов академічної доброчесності.

22) Політика щодо академічної доброчесності:

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА [Положення-про-заходи-щодо-підтримки-академічної-доброчесності](#). У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

23) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни:

<https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3485>