



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директора АПОО «ТЭП»

Никольская Н. Н.

## Программа занятий по краткосрочному курсу «Массаж» (72 часа)

<b>1. Экономический курс</b>	<b>2 часа</b>
1.1. Основы рыночной экономики и предпринимательства	
<b>2. Общеотраслевой курс</b>	<b>2 часа</b>
2.1. Основы санитарии и гигиены	
<b>3. Специальный курс</b>	<b>62 часа</b>
3.1. История возникновения и развития массажа. Принципы массажа.	1 час
3.2. Анатомо-физиологические основы массажа	
<u>Строение и функции кожи.</u> Влияние массажа на кожу	2 часа
<u>Понятие о кровеносной и лимфотической системах.</u>	
Влияние массажа на крово - и лимфопоток. Скорость массажа.	
Направление массажных движений.	
<u>Нервная система.</u> Топография нервных стволов.	
Влияние массажа на нервную систему.	
<u>Мышечная система.</u> Топография поверхностных мышц.	
Влияние массажа на мышечную и сухожильную ткань.	
<u>Скелет.</u> Влияние массажа на костную и суставную ткань.	
3.3. Виды массажа (краткая характеристика)	1 час
3.4. Гигиенические основы массажа.	
Помещение и оборудование, техническая подготовленность массажиста, средства для скольжения рук, «кисть массажиста»	2 часа
Условия проведения массажа.	2 часа п.
Правильное положение пациента при массаже различных частей тела.	
<u>Показания и противопоказания к применению массажа</u>	
(понятие о некоторых заболеваниях и влияние массажа на организм при этих болезнях).	
3.5. Техника классического массажа	
<u>Кисть массажиста.</u> Физические упражнения для укрепления и развития кисти.	8 часов
<u>Поглаживание</u> (техника выполнения, методические указания, физиологическое влияние)	12 часов п.
Основные приемы.	
Вспомогательные приемы.	
<u>Растирание.</u>	
Основные приемы.	
Вспомогательные приемы.	
<u>Разминание.</u>	
Основные приемы.	
Вспомогательные приемы.	
<u>Вибрация.</u>	
Основные приемы	
Ударная вибрация	
Встряхивание	
Потряхивание	
<u>Пассивные движения.</u>	

3.6. Массаж отдельных частей тела.	6 часов
<u>Массаж головы:</u>	8 часов п.
волосистой части	
лица	
<u>Массаж шеи.</u>	
<u>Массаж спины.</u>	
<u>Массаж крестца</u>	
<u>Массаж верхних конечностей</u>	
Массаж суставов верхних конечностей	
<u>Массаж нижних конечностей</u>	
<u>Массаж суставов нижних конечностей</u>	
<u>Массаж груди</u>	
<u>Массаж живота</u>	
3.7. Аппаратный массаж	2 часа, 2 часа п.
3.8. Гигиенический массаж:	2 часа
методика, техника	2 часа п.
3.9. Самомассаж:	1 часа
методика, техника	2 часа п.
3.10. Спортивный массаж:	1 часа
методика, техника	2 часа п.
3.11. Лечебный массаж.	
<u>Методика массажа при травмах</u>	1 часа
<u>Методика массажа при нарушении осанки</u>	2 часа п.
ЛФК при нарушении осанки	
<u>Методика массажа при плоскостопии и косолапости</u>	
пассивная гимнастика при плоскостопии и косолапости	
<u>Методика массажа при заболеваниях органов дыхания</u>	
дыхательная гимнастика	
<u>Особенности массажа у детей первого года жизни</u>	
<u>Методика массажа при пояснично-крестцовом радикулите</u>	
массаж седалищного нерва	
<u>Лечебный массаж при шейно-грудном остеохондрозе позвоночника</u>	
понятие о заболевании	
роль позвоночника	
осмотр пациента	
методика массажа	
техника выполнения	
<u>Баночный массаж</u>	
техника выполнения	
3.12. Основы точечного массажа:	1 часа
история	
понятие о меридианах и БАТ	2 часа п.
поиск точек	
техника точечного массажа	
применение точечного массажа	
при некоторых заболеваниях и в быту	
<b>Резерв учебного времени</b>	<b>2 часа</b>
<b>Консультация</b>	<b>2 часа</b>
<b>Зачет</b>	<b>2 часа</b>