

Форма № Н - 3.04у

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КРЕМЕНЧУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ МИХАЙЛА ОСТРОГРАДСЬКОГО  
Навчально-науковий інститут механічної інженерії, транспорту  
та природничих наук  
Кафедра здоров'я людини та фізичної культури


**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Проректор з науково-педагогічної  
та методичної роботи  
  
Віктор КОСТИН  
« 27 » / 08 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
**ВОК-4 МАСАЖ РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ**

освітній ступінь «Бакалавр»  
спеціальність 227 – «Фізична терапія, ерготерапія»  
освітньо-професійна програма «Фізична терапія, ерготерапія»

КРЕМЕНЧУК 2023

Робоча програма навчальної дисципліни «Масаж реабілітаційний» розроблена на основі освітньо-професійної програми «Фізична терапія, ерготерапія», підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «Бакалавр» за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» та відповідних нормативних документів.

Робочу програму розробили: ст. викл каф. ЗЛФК,  Світлана СОРОКІНА

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні випускової кафедри освітньо-професійної програми «Фізична терапія, ерготерапія», спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» – кафедри здоров'я людини та фізичної культури,

протокол № 1 від «27» 08 2023 р.

Гарант освітньо-професійної програми  Олена АНТОНОВА

Завідувачка кафедри  Олена АНТОНОВА

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні методичної комісії КрНУ зі спеціальності 227 – «Фізична терапія, ерготерапія»,

протокол № 1 від «27» 08 2023 р.

Голова методичної комісії  Олена АНТОНОВА

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань <u>22 «Охорона здоров'я»</u> (шифр і назва)	Вибіркова	
Модулів – 1	Спеціальність <u>227 «Фізична терапія, ерготерапія»</u> (шифр і назва)	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 1		3-й	-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання		Семестр	
Загальна кількість годин – 150		6-й	-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 6	Освітній ступінь: <u>бакалавр</u>	Лекції	
		20 год.	год.
		Практичні, семінарські	
		30 год.	год.
		Лабораторні	
		год.	год.
		Самостійна робота	
		100 год.	год.
Індивідуальні завдання:			
Вид контролю: диф.залік			

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:  
для денної форми навчання – 0,5

\* 1 кредит = 30 год.

Кількість кредитів =  $\frac{\text{загальна кількість годин}}{30}$

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Масаж реабілітаційний» є надати здобувачам знання про фізіологічний вплив масажу на організм людини, техніку і методику різних видів масажу, які застосовуються під час лікування та реабілітації при захворюваннях різних органів і систем. При цьому здобувач повинен володіти методами та прийомами різних видів масажу, традиційних і нетрадиційних, з профілактичною і лікувальною метою в клініці і спорті, а також при проведенні профілактичних і реабілітаційних заходів. Пропоновані методики масажу дозволяють пришвидшити одужання, відновити порушені функції в процесі реабілітації та відновити працездатність. Мета освітньої компоненти відповідає цілям сталого розвитку (Ціль 3 Міцне здоров'я і благополуччя) – «Забезпечення здорового способу життя та добробуту людей будь-якого віку».

**Завданням дисципліни** «Масаж реабілітаційний» є навчити здобувачів прийомам, методиці та техніці виконання і особливостям застосування загального і локального масажів при загальному відновленні організму. Курс враховує та інтерпретує попередні знання здобувачів із медико-біологічних і спеціальних дисциплін, передбачає можливість використання отриманих знань в процесі вивчення наступних дисциплін з проблем фізичної реабілітації, рекреації тощо.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати:**

- гігієнічні основи масажу;
  - механізм дії масажу на організм людини в цілому та на конкретний орган чи систему;
  - клініко-фізіологічне обґрунтування застосування масажу з лікувальною та профілактичною метою при травмах і захворюваннях внутрішніх органів та опорно-рухового апарату;
  - освоїти послідовність і використання основних і допоміжних прийомів класичного масажу при різних захворюваннях, травмах та підготовці спортсменів;
  - освоїти методику проведення нетрадиційних видів масажу при різних захворюваннях, травмах та у підготовці спортсменів;
- знати покази і протипокази щодо проведення масажу.

**вміти:**

- застосовувати техніку і методику масажних прийомів прогладжування, розтирання та їх різновиди;
- застосовувати техніку і методику масажних прийомів розминання, вібрації та їх різновиди;
- застосовувати техніку та методику нетрадиційних видів масажу;
- самостійно виконувати реабілітаційний масаж при різних захворюваннях і травмах, а також при підготовці спортсменів, використовуючи прийоми класичного масажу;
- самостійно виконувати реабілітаційний масаж при різних захворюваннях і травмах, а також при підготовці спортсменів, використовуючи ти чи інші прийоми нетрадиційних видів масажу.

Навчальна дисципліна має на меті сформувати та розвинути наступні компетентності здобувачів, необхідні для подальшої професійної діяльності:

***Інтегральна компетентність:***

ІК. Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психолого-педагогічних наук.

¶ ***Загальні компетентності:***

¶ ЗК 04. Здатність працювати в команді.

¶ ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

***Спеціальні (фахові) компетентності:***

ФК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

ФК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.

ФК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.

ФК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.

***Програмні результати навчання:***

ПРН 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПРН 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

ПРН 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.

ПРН 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій, та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

**3. Програма навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль 1. Масаж у системі фізичної реабілітації**

Тема 1. Масаж при порушеннях постави. Сколіоз. Плоскостопість.

Методика проведення масажу при порушеннях постави. Техніка виконання масажу при кругловогнутий спині. Техніка виконання масажу при сколіотичній поставі. Засвоєння методики і техніки проведення масажу при С-подібному сколіозі грудного відділу хребта. Засвоєння методики і техніки проведення масажу при С-подібному сколіозі поперекового відділу хребта. Засвоєння методики і техніки проведення масажу при плоскостопості.

Тема 2. Масаж при захворюваннях руху та опори.

Методика проведення масажу при артрозах і артритих. Засвоєння техніки і методики виконання масажу при деформуючому артрозі колінного суглоба.

Техніка виконання масажу при деформуючому артрозі кульшового суглоба.

Засвоєння техніки і методики виконання масажу при остеохондрозі шийно-

грудного відділу хребта. Техніка виконання масажу при остеохондрозі поперекового відділу хребта.

### Тема 3. Масаж в травматології і в хірургії.

Засвоєння методики і техніки виконання масажу при переломах кісток кінцівок. Методика і техніка виконання масажу при травмах і переломах хребта, використовуючи прийоми традиційних і нетрадиційних видів масажу. Техніка виконання реабілітаційного масажу ампутаційної культі. Методика і техніка проведення масажу при опіках і відмороженнях.

Тема 4. Реабілітаційний масаж при захворюваннях центральної і периферійної нервової системи.

Методика проведення масажу при наслідках порушення мозкового кровообігу. Засвоєння методики і техніки проведення реабілітаційного масажу постінсультних хворих в ранній відновлювальний період (до 3-х місяців).

Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу постінсультних хворих у пізній відновлювальний період (до одного року). Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу при поліневропатії.

Тема 5. Реабілітаційний масаж при захворюваннях і травмах центральної і периферійної нервової системи.

Засвоєння методики і техніки проведення масажу при ураженнях поперекового, крижового і куприкового сплетіння. Техніка і методика виконання масажу при ураженнях сідничного нерва. Техніка і методика виконання масажу при ураженнях стегнового нерва. Засвоєння методики і техніки виконання масажу при попереково-крижовому радикуліті. Техніка і методика виконання масажу при невритах і невралгія плечового сплетіння (плексит).

Тема 6. Реабілітаційний масаж при захворюваннях серцево-судинної системи.

Засвоєння методики і техніки проведення масажу при гіпертонічній хворобі.

Техніка і методика проведення масажу при стенокардії, застосовуючи всі прийоми. Засвоєння методики і техніки виконання масажу при захворюваннях периферійних судин, використовуючи всі прийоми.

Тема 7. Реабілітаційний масаж при захворюваннях органів дихання.

Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу при пневмонії.

Засвоєння методики і техніки проведення масажу при бронхіальній астмі.

Методика і техніка проведення масажу при плевриті. Реабілітаційний масаж при емфіземі легень.

Тема 8. Реабілітаційний масаж при захворюваннях органів травлення.

Засвоєння методики і техніки проведення масажу при виразковій хворобі шлунка та 12-палої кишки. Техніка і методика проведення масажу при захворюваннях печінки і жовчного міхура, використовуючи всі прийоми. Засвоєння техніки проведення масажу при хворобах кишечника. Масаж при опущеннях шлунка.

Тема 9. Масаж в дитячому віці при окремих захворюваннях.

Реабілітаційний масаж дітей, хворих на рахіт. Техніка і методика масажу дітей, які страждають на гіпотрофію. Засвоєння техніки і методики проведення масажу у дітей з вродженою м'язовою кривошиєю. Техніка і методика виконання масажу дітей, хворих на дитячий церебральний параліч.

Тема 10. Реабілітаційний масаж при травмах і хворобах у спортсменів. Засвоєння техніки і методики проведення масажу при захворюваннях і пошкодженнях суглобів.

Техніка виконання масажу при ушкодженнях сумково-зв'язкового апарату.

Засвоєння техніки виконання масажу при забоях суглобів. Гемартроз і травматичний синовіт. Пошкодження менісків. Травматичні артрити.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	ла а б	ін д	с.р		л	п	ла б	інд	с.р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Змістовий модуль 1. Масаж у системі фізичної реабілітації</b>												
Тема 1.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 2.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 3.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 4.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 5.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 6.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 7.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 8.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема 9.	15	2	3	-	-	10	-	-	-	-	-	-
Тема №10.	15	2	3	-	-	10						
Разом за змістовим модулем 1	150	20	30	-	-	100	-	-	-	-	-	-
<b>Усього годин</b>	<b>150</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>100</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

#### 5. Темы практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Методика проведення масажу при порушеннях постави. Техніка виконання масажу при кругловігнутій спині. Техніка виконання масажу при сколіотичній поставі. Засвоєння методики і техніки проведення масажу при С-подібному сколіозі грудного відділу хребта. Засвоєння методики і техніки проведення масажу при С-подібному сколіозі поперекового відділу хребта. Засвоєння	3

	методики і техніки проведення масажу при плоскостопості.	
2	Методика проведення масажу при артрозах і артритих. Засвоєння техніки і методики виконання масажу при деформуючому артрозі колінного суглоба. Техніка виконання масажу при деформуючому артрозі кульшового суглоба. Засвоєння техніки і методики виконання масажу при остеохондрозі шийно-грудного відділу хребта. Техніка виконання масажу при остеохондрозі поперекового відділу хребта.	3
3	Засвоєння методики і техніки виконання масажу при переломах кісток кінцівок. Методика і техніка виконання масажу при травмах і переломах хребта, використовуючи прийоми традиційних і нетрадиційних видів масажу. Техніка виконання реабілітаційного масажу ампутаційної культи. Методика і техніка проведення масажу при опіках і відмороженнях.	3
4	Методика проведення масажу при наслідках порушення мозкового кровообігу. Засвоєння методики і техніки проведення реабілітаційного масажу постінсультних хворих в ранній відновлювальний період (до 3-х місяців). Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу постінсультних хворих у пізній відновлювальний період (до одного року). Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу при поліневропатії.	3
5	Засвоєння методики і техніки проведення масажу при ураженнях поперекового, крижового і куприкового сплетіння. Техніка і методика виконання масажу при ураженнях сідничного нерва. Техніка і методика виконання масажу при ураженнях стегнового нерва. Засвоєння методики і техніки виконання масажу при попереково-крижовому радикуліті. Техніка і методика виконання масажу при невритах і невралгія плечового сплетіння (плексит).	3
6	Засвоєння методики і техніки проведення масажу при гіпертонічній хворобі. Техніка і методика проведення масажу при стенокардії, застосовуючи всі прийоми. Засвоєння методики і техніки виконання масажу при захворюваннях периферійних судин, використовуючи всі прийоми.	3
7	Методика і техніка проведення реабілітаційного масажу при пневмонії. Засвоєння методики і техніки проведення	3



	масажу при бронхіальній астмі. Методика і техніка проведення масажу при плевриті. Реабілітаційний масаж при емфіземі легень.	
8	Засвоєння методики і техніки проведення масажу при виразковій хворобі шлунка та 12-палої кишки. Техніка і методика проведення масажу при захворюваннях печінки і жовчного міхура, використовуючи всі прийоми. Засвоєння техніки проведення масажу при хворобах кишечника. Масаж при опущеннях шлунка.	3
9	Реабілітаційний масаж дітей, хворих на рахіт. Техніка і методика масажу дітей, які страждають на гіпотрофію. Засвоєння техніки і методики проведення масажу у дітей з вродженою м'язовою кривошиєю. Техніка і методика виконання масажу дітей, хворих на дитячий церебральний параліч.	3
10	Засвоєння техніки і методики проведення масажу при захворюваннях і пошкодженнях суглобів. Техніка виконання масажу при ушкодженнях сумково-зв'язкового апарату. Засвоєння техніки виконання масажу при забоях суглобів. Гемартроз і травматичний синовіт. Пошкодження менісків. Травматичні артрити.	3
	<b>Разом:</b>	30

### 6. Темі лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
3		

### 7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Масаж при порушеннях постави. Сколіоз. Плоскостопість.	10
2	Масаж при захворюваннях руху та опори.	10
3	Масаж в травматології і в хірургії.	10
4	Реабілітаційний масаж при захворюваннях центральної і периферійної нервової системи.	10
5	Реабілітаційний масаж при захворюваннях і травмах центральної і периферійної нервової системи.	10

6	Реабілітаційний масаж при захворюваннях серцево-судинної системи.	10
7	Реабілітаційний масаж при захворюваннях органів дихання.	10
8	Реабілітаційний масаж при захворюваннях органів травлення.	10
9	Масаж в дитячому віці при окремих захворюваннях.	10
10	Реабілітаційний масаж при травмах і хворобах у спортсменів.	
<b>Разом</b>		<b>100</b>

**8. Індивідуальне завдання** – провести сеанс класичного масажу, враховуючи вікові особливості. Написати реферат на обрану тему.

**9. Методи навчання** - методи проектного та проблемного навчання, методи показу, розказу, наочні.

**Діяльність студента:**

- слухання лекцій;
- проведення сеансів масажу на практичному занятті;
- участь у дискусії на практичних заняттях;
- самостійне конспектування додаткової літератури та її аналіз.

**10. Методи контролю** – традиційні та тестові контрольні роботи для оперативного, поточного, підсумкового контролю, усне опитування, виконання залікового індивідуального завдання.

### **11. Розподіл балів, які отримують студенти для диф. заліку**

Поточне тестування, самостійна та індивідуальна робота							ІНДЗ	Сума
Змістовий модуль №1								
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7-10	12	100
4	4	4	4	4	18	50		

### **Шкала оцінювання: національна та ECTS**

**Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами і критерії оцінювання**

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою (іспит, диф. залік, курсовий проект (робота))
90–100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у	Високий (творчий)	відмінно

			нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили		
82–89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
74–81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок		
64–73	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно
60–63	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні		
35–59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів		

## 12. Методичне забезпечення

1. Опорний конспект лекцій.
2. Тестові завдання для поточного контролю знань.
3. Таблиці та плакати.
4. Електронні навчальні посібники і підручники.

## 13. Рекомендована література

### Базова

1. Бойчук Т. В., Гриневич Р. Й. Основи класичного масажу. Івано-Франківськ, видавець Третяк І.Я.: Друкарня ДКД, 2008. 104 с.

2. Вакуленко Л. О. Основи масажу / [Л. О. Вакуленко, З. П. Прилуцький, Д. В.Вакуленко, С. В. Кутаков, Н. Ю. Лучишин]. Тернопіль: ТНПУ, 2013. 132 с.
3. Вакуленко Д. В., Вакуленко Л. О., Кутакова О. В., Прилуцька Г. В. Лікувально-реабілітаційний масаж : навчальний посібник. Київ : Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2020. 568 с.
4. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навч. посіб.]. Харків : ОВС, 2007. 215 с.
7. Козубенко Ю. Л. Масаж : навч.-метод. посіб. Переяслав-Хмельницький (Київ. обл.) : Домбровська Я. М., 2017. 101с.
5. Методичні рекомендації до практичних занять з масажу для студентів ДДІФКІС: методичні рекомендації / Укладачі Т. П. Стасюк, О. В. Мельник, А. В. Самошкіна. Дніпропетровськ, 2014. 52 с.
6. Профілактично-лікувальний масаж: методичні рекомендації / О. О. Дуржинська, Л. А. Совик, Тихонов В. К. Вінниця: ОЦ ВНАУ, 2014. 153 с.
7. Руденко Р. Є. Масаж : навч. посіб. Львів : Сплайн, 2013. 304с.
8. Руденко Р. Є. Спортивний масаж : навч. посіб. Вид. 2-е, доп. Львів : Ліга-прес, 2009. 160 с.
9. Практичні аспекти фізичної терапії та ерготерапії: навчальний посібник / Н.А. Добровольська, А.С. Тимченко, В.П. Голуб та ін.; під ред. Н.А. Добровольської, О.В. Федорича, А.С. Тимченка, І.П. Радомського. Київ: Видавничий дім «Гельветика», 2024. 368 с.
10. Філак Я.Ф., Філак Ф.Г. Методика реабілітаційного масажу при захворюваннях внутрішніх органів: метод. рекоменд. Ужгород: «ІВА», 2013. 28с.

#### Допоміжна

16. O. I. Antonova, O. S. Kushch, S. O. Sorokina, Yu. S. Kukhtina, V. O. Lutsenko, Yu. S. Ivakina, M. S. Hindina, O. D. Brylov. [Complex rehabilitation program for children, suffering for hypertensive vegetative-vascular dystonia and its efficiency estimation](https://doi.org/10.31640/10.31640/LS-2024-2-01). *Scientific and practical journal*. No 2 (2024): *Likars'ka sprava. Physical therapy and rehabilitation*. P. 5-15. DOI: <https://doi.org/10.31640/10.31640/LS-2024-2-01>. Наукове фахове видання категорії «Б».
17. O.I. Antonova<sup>A,D,E</sup>, S.O. Sorokina<sup>\*B,D</sup> Means of occupational therapy in (individual) rehabilitation programs for people with Parkinson's disease (Застосування ерготерапії у програмі фізичної реабілітації пацієнтів із хворобою Паркінсона). *Актуальні питання фармацевтичної і медичної науки та практики*. Запоріжжя, 2021. Т. 14, №3(37). С. 382–389. ISSN 2306-8094(Print), ISSN 2409-2932 (Online) <https://doi.org/10.14739/2409-2932>. Наукове фахове видання категорії «Б».