Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

Высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-методического управления  канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «17» июня 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  проректор по учебной работе  канд. пед. наук, доцент А.П. Морозов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «17» июня 2024 г. |

**РАБОЧАЯПРОГРАММАДИСЦИПЛИНЫ**

**«ЛЕЧЕБНЫЙМАССАЖ»**

**Б1.В.04**

**Направлениеподготовки**

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонения в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).**

***ОПОП «Лечебная физическая культура»***

**Квалификациявыпускника**

**бакалавр**

**Формаобучения**

очная/заочная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан факультета физической культуры ,  канд. юрид. наук., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.С. Полянская  «17» июня 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Декан факультета  заочной формы обучения, канд. пед. наук., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Х Шнайдер  «17» июня 2024 г. | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №16,  «21» мая 2024г.)  Заведующий кафедрой,  канд. биол. наук., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В. Осадченко  «21» мая 2024 |

**Малаховка 2024**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 942 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48563).

**Составитель рабочей программы:**

Погосян М.М., к.п.н., профессор кафедры АФК и спортивной медицины

Осадченко И.В. к.б.н., доцент, зав.кафедрой АФК и спортивной медицины

**Рецензенты:**

Долматова Т.И., к.м.н., профессор кафедры АФК и спортивной медицины

Стрельникова И.В., к.б.н., доцент, зав. кафедрой физиологии и биохимии

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.02):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | **Аббрев. исп. в РПД** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.002 | ["Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту"](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 02 апреля 2019 г. N 199н | **Т АФК** |
| 05.004 | ["Инструктор-методистпо адаптивной физической культуре и адаптивному спорту "](http://internet.garant.ru/document/redirect/70753338/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 02 апреля 2019 г. N 197н | **ИМ АФК** |

**1.изучениЕ дисциплины НАПРАВЛЕНО НА формирование следующих компетенций:**

**ПК-4**. Способен применять методики и средства лечебной физической культуры, массажа, восстановительных мероприятий, определяя приоритетность и очередностьих выполнения.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В результате изучения дисциплины студент должен: | Профессиональныи стандарт и код трудовои функции | Код формируемых  компетенций |
| ***ЗНАТЬ:*** | | |
| - порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки | **Т АФК:** С/05.6, D/02.6, D/05.6 | ПК-4 |
| - приемы и методы восстановления после физических нагрузок | **Т АФК:** С/03.6, D/03.6, D/05.6  **ИМ АФК:** С/01.6 | ПК-4 |
| - показания и противопоказания при назначении массажа | **ИМ АФК:** С/01.6 | ПК-4 |
| - медицинские основы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта | **Т АФК:**D/05.6  **ИМ АФК:** В/01.6,В/02.6, В/04.6, С/01.6, С/02.6, С/03.6 | ПК-4 |
| - методы управления состоянием занимающиего | **Т АФК:**D/04.6, D/05.6 | ПК-4 |
| - структуру и построение процесса спортивной подготовки | **Т АФК:** С/02.6, С/05.6, D/02.6, D/04.6 | ПК-4 |
| - влияние восстановительных средств на организм спортсменов | **Т АФК:**D/03.6, D/05.6 | ПК-4 |
| - знать этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья. | **Т АФК:** С/02.6, С/03.6, С/05.6, D/01.6, D/02.6, D/03.6, D/05.6 | ПК-4 |
| ***УМЕТЬ:*** | | |
| - применять средства восстановления занимающихся | **Т АФК:** С/05.6, D/04.6 | ПК-4 |
| - планировать восстановительные мероприятия по периодам и циклам спортивной подготовки | **Т АФК:** С/02.6 | ПК-4 |
| - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки | **Т АФК:**D/02.6, D/04.6 | ПК-4 |
| - контролировать выполнение комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности | **Т АФК:**D/02.6, D/05.6 | ПК-4 |
| - определять индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья  с целью разработки и внедрения программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей | **Т АФК:** С/02.6, С/05.6, D/02.6, D/04.6, D/05.6  **ИМ АФК:** В/01.6. | ПК-4 |
| ***ОБЛАДАТЬ НАВЫКАМИ И/ИЛИ ОПЫТОМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:*** | | |
| - планирование восстановительных мероприятий | **Т АФК:** С/02.6, D/04.6  **ИМ АФК:** В/01.6 | ПК-4 |
| - проведения восстановительных мероприятий | **Т АФК:** С/05.6  **ИМ АФК:**С/01.6 | ПК-4 |
| - подбора методик, стимулирующих работоспособность | **Т АФК:** С/05.6, D/02.6 | ПК-4 |
| -контроля выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий | **Т АФК:** С/05.6, D/05.6 | ПК-4 |
| - оценка эфеективности применяемых методов восстановления | **ИМ АФК:** В/04.6 | ПК-4 |

**2.Место дисциплины в структуре образовательной программы.**

Дисциплина «Лечебный массаж» относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.В соответствии с учебным планом дисциплина изучается в 7 семестре по очной и в 9 семестре по заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации – зачет с оценкой.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр  7 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **58** | **58** |
| Лекции | | 18 | 18 |
| Практические занятия | | 40 | 40 |
| **Самостоятельная работа студента (всего)** | | **86** | **86** |
| **Промежуточная аттестация** | | **Зачет с оценкой** | **Зачет с оценкой** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр  9 |
| **Контактная работа преподавател~~ей~~яс обучающимися** | | **18** | **18** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 2 | 2 |
| Практические занятия | | 16 | 16 |
| **Самостоятельная работа студента (всего)** | | **126** | **126** |
| **Промежуточная аттестация** | | **Зачет с оценкой** | **Зачет с оценкой** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **144** | **144** |
| **зачетные единицы** | **4** | **4** |

**4. Содержание дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование раздела дисциплины | Краткое содержание раздела  (изучаемые темы) |
|
| 1. | Введение. | Содержание курса. Организация занятий по массажу. Цель лечебного массажа. Анатомо-физиологические основы массажа. Механизм воздействия массажа на организм. Гигиенические основы массажа. Классификация лечебного массажа в зависимости от характера заболевания: заболевания сердечнососудистой системы, заболевания органов дыхания, заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата, заболевания и травмы нервной системы и т.п. |
| 2. | Классификация приемов классического массажа. | Физиологическое воздействие, техника и методика приемов массажа.Поглаживаниеи его разновидности, техника и методика выполнения. Выжимание и его разновидности, техника и методика выполнения. Разминание и его разновидности, техника и методика выполнения. Растирание и его разновидности, техника и методика выполнения. Сотрясающие приемы и их разновидности, техника и методика выполнения. Ударные приемы и их разновидности, техника и методика выполнения. Вибрация и её разновидности, техника и методика выполнения.Движения и их разновидности, техника и методика выполнения. |
| 3. | Массаж при различных заболеваниях и травмах | Массаж при заболеваниях сердечнососудистой системы. Массаж при заболеваниях органов дыхания. Массаж при заболеваниях и травмах нервной системы. Массаж при заболеваниях и повреждениях опорно – двигательного аппарата. Массаж при заболеваниях позвоночника и суставов. Массаж при нарушении обмена веществ. |
| 4. | Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения | Массаж в сочетании с растирками и мазями.Массаж в сочетании с лечебной физической культурой.Массаж в сочетании с физическими средствами восстановления. |

**5**. **РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.**

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | ПЗ | СРС |
| 1. | Введение. | - | - | 10 | 10 |
| 2. | Классификация приемов классического массажа. | 2 | 4 | 24 | 30 |
| 3. | Массаж при различных заболеваниях и травмах | 16 | 36 | 42 | 94 |
| 4. | Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения | - | - | 10 | 10 |
|  | **Всего:** | **18** | **40** | **86** | **144** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | ПЗ | СРС |
| 1. | Введение. | - | - | 16 | 16 |
| 2. | Классификация приемов классического массажа. | 2 | - | 36 | 40 |
| 3. | Массаж при различных заболеваниях и травмах | - | 16 | 60 | 76 |
| 4. | Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения | - | - | 14 | 12 |
|  | **Всего:** | **2** | **16** | **126** | **144** |

1. **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины.**

**6.1.Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| **библиотека** | **Кафедра** |
|  | Куршев, А. В. Лечебный массаж для студентов вузов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие / А. В. Куршев. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2018. — 148 c. — ISBN 978-5-7882-2496-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/100672.html>(дата обращения: 19.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян М. М.   Массаж : монография / М. М. Погосян ; МГАФК. - Москва, 2007. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян М. М.   Массаж : монография / М. М. Погосян ; МГАФК. - Москва : Советский спорт, 2007. - 751 с. : ил. - Библиогр.: с. 734-747. - ISBN 978-5-9718-0202-0 : 380.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 91 | - |
|  | Погосян, М. М. Лечебный массаж : учебник. В 2 т. Т. 1 / М. М. Погосян ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка, 2020. - 599 с. : ил. - Библиогр.: с. 597. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: <http://lib.mgafk.ru>(дата обращения: 19.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Лечебный массаж : учебник. В 2 т. Т. 2 / М. М. Погосян ; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2020. – 271 с. : ил. – Библиогр.: с. 269-270. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: <http://lib.mgafk.ru>(дата обращения: 19.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебник для студентов высших учебных учреждений / М. М. Погосян ; МГАФК. – Москва, 2014. – 527 с. : ил. – Библиогр.: с. 514-524. – ISBN 978-5-900871-97-4 : 655.00. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 25 | 2 |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебник для студентов высших учебных учреждений / М. М. Погосян ; МГАФК. – Москва, 2014. – Библиогр.: с. 514-524. – ISBN 978-5-900871-97-4. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебное пособие. В 2 т. Т. 1 / М. М. Погосян ; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2018. – 402 с. : ил. – Библиогр.: с. 395-398. – 652.00. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 50 | 3 |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебное пособие. В 2 т. Т. 1 / М. М. Погосян ; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2018. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебное пособие. В 2 т. Т. 2 / М. М. Погосян ; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2018. – 131 с. : ил. – Библиогр.: с. 122-129. – 546.00. – Текст (визуальный) : непосредственный. | 50 | 3 |
|  | Погосян, М. М.   Спортивный массаж : учебное пособие. В 2 т. Т. 2 / М. М. Погосян ; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2018. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 1. П | Погосян, М.М. Спортивный массаж : учебник /М.М. Погосян; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2022. – 587 с.: ил. – Библиогр.: ISBN 978-5-00063-073-0 . – Текст (визуальный): непосредствен-ный. | 8 | 2 |
|  | Погосян, М.М. Спортивный массаж : учебник /М.М. Погосян; МГАФК. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Малаховка, 2022. – 586 с.: ил. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20)(дата обращения: 01.03.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |

**6.2.Дополнительнаялитература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| **библиотека** | **Кафедра** |
|  | Погосян, М. М. Методика восстановительного массажа в спорте : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - 73 с. - 65.76. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 34 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика восстановительного массажа в спорте : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно-методическое пособие для студентов вузов / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 137 с. : ил. - Библиогр.: с. 135. - б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2012. - 167 с. : ил. - Библиогр.: с. 165. - 169.11. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 92 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2012. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно-методическое пособие для студентов вузов / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - Библиогр.: с. 135. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика применения предварительного массажа в спорте : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20)(дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян, М. М. Методика применения предварительного массажа в спорте : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - 35 с. - 33.19. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 34 | - |
|  | Погосян, М. М. Применение массажных мазей, разогревающих и лечебных растирок в практике массажа : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - 59 с. - 52.73. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 34 | - |
|  | Погосян, М. М. Применение массажных мазей, разогревающих и лечебных растирок в практике массажа : учебно-методическое пособие / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Справочник по массажу : Для средних медицинских работников Васичкин. В.И. 3--е изд.,стереотип. - СПб. :Гиппократ, 1996. - 176 с. | 25 | - |
|  | Погосян М. М. Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения : методические рекомендации / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2005. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20)(дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Погосян М. М. Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения : методические рекомендации / М. М. Погосян ; МГАФК. - Малаховка, 2005. - 95 с. - Библиогр.: с. 92-94. - 63.07. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 92 | - |
|  | Налобина, А. Н. Основы классического массажа : учебное пособие / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 67 c. — ISBN 978-5-4497-0003-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/82672.html](http://www.iprbookshop.ru/82672.html%20)(дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Налобина, А. Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 128 c. — ISBN 978-5-4497-0004-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/82673.html> (дата обращения: 29.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 258 c. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62950.html>(дата обращения: 19.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ». ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ:**

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>

**8.Материально-техническоеобеспечениедисциплины**

**8.1.**Перечень специализированных аудиторий, имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование специальных\* помещений и помещений для самостоятельной работы | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы |
| аудитория для практических занятий, текущей и промежуточной аттестации (аудитории № 316, 312) | мультимедийное  оборудование, экран.  учебная и методическая литература,  демонстрационные учебно-наглядные пособия  Массажная кушетка  Стул массажиста  Одноразовые простыни  Массажный валик под ноги  Массажные аппараты и приборы.  Лоток для талька |
| аудитория для групповых и индивидуальных консультаций (аудитория № 312, 316) | автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением зрения «ЭлСиС 207»,  автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением слуха «ЭлСиС205с»,  системасубтитрирования Исток-Синхро, информационная индукционная система интегрированным устройством воспроизведения «Исток» М2 с радиомикрофоном на стойке, FM-передатчик AMIGO Т31, FM-приемник ARC с индукционной петлей, специальное устройство для чтения «говорящих книг», электронный видеоувеличитель «ONYXDeskset НD, принтер Брайля,  мультимедийное оборудование, экран.  учебная и методическая литература,  демонстрационные учебно-наглядные пособия, массажная кушетка, стул массажиста, массажный валик под ноги, массажные аппараты и приборы, лоток для талька |
| помещение для самостоятельной работы (аудитории №122, 314) | компьютер с выходом в интернет, МФУ, учебно-методическая литература |
| помещение для хранения приофилактичес  кого обслуживания учебного оборудования (аудитория № 323) | Чистые простыни, халаты, полотенца, мыло, массажные мази, растирки, кремы, эластичные бинты, стерильные бинты, раствор йода, лейкопластырь, вазелин, нашатырный спирт.  Модель сердца на подставке;  классическая модель гибкого позвоночника с головками бедренных костей и разметкой мышц;  модель черепа на шейном отделе позвоночника;  модель кожи в виде блока |

**8.2. Программное обеспечение:**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL LibreOffice или одна из лицензионных версий MicrosoftOffice.

**8.3.Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая системаFrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программы дисциплины*

*«Лечебный массаж»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 5/24 от «17» июня 2024г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П. Морозов

«17» июня 2024 г.

**Фонд оценочных средств по дисциплине**

«Лечебный массаж»

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

**ОПОП «Лечебная физическая культура»**

**Форма обучения**

очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 16 от «21» мая 2024 г.)

Зав. кафедрой, канд. биол. наук, доцент

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В. Осадченко

«21» мая 2024 г.

Малаховка, 2024 год

**ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовые функции | ЗУНы | Индикаторы достижения  ***(проверяемые действия)*** |
| **ПК-4**. Способен применять методики и средства лечебной физической культуры, массажа, восстановительных мероприятий, определяя приоритетность и очередностьих выполнения. | **ПС 05.002 ТАФК**  **С/02.6**  Планирование и контроль результатов спортивной подготовки занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)  **С/03.6**  Повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической подготовки занимающихся в соответствии с программой тренировочного этапа по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)  **С/05.6**  Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)  **D/01.6**  Отбор занимающихся и оценка перспектив достижения занимающимися спортивных результатов  **D/02.6**  Планирование и контроль результатов тренировочного процесса занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства  **D/03.6**  Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма в соответствии с индивидуальными планами подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства  **D/04.6**  Подготовка занимающихся к систематической демонстрации спортивных результатов на спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)  **D/05.6**  Организация участия занимающихся в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки | **Знает:**  - порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки;  - приемы и методы восстановления после физических нагрузок;  - показания и противопоказания при назначении массажа;  - медицинские основы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;  - методы управления состоянием занимающиего;  - структуру и построение процесса спортивной подготовки;  - влияние восстановительных средств на организм спортсменов;  - знать этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья.  **Умеет:**  - применять средства восстановления занимающихся;  - планировать восстановительные мероприятия по периодам и циклам спортивной подготовки;  - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки;  - контролировать выполнение комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности;  - определять индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья  с целью разработки и внедрения программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей.  **Имеет опыт:**  - планирование восстановительных мероприятий;  - проведения восстановительных мероприятий;  - подбора методик, стимулирующих работоспособность;  -контроля выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий;  - оценка эфеективности применяемых методов восстановления. | Способен выполнить лечебный массаж при различных нозологиях |
| **ПС 05.004 ИМАФК**  **В/01.6**  Планирование спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья по виду или спортивной дисциплине адаптивного спорта  **В/02.6**  Методическое сопровождение спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья по виду или спортивной дисциплине адаптивного спорта  **В/04.6**  Управление процессами методического обеспечения реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья  **С/01.6**  Проведение занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами спортивной сборной команды  **С/02.6**  Сопровождение спортсменов спортивной сборной команды во время специального тренировочного и соревновательного процессов  **С/03.6**  Предупреждение травматизма и использования допинга среди спортсменов спортивной сборной команды |

1. **1. Типовые контрольные задания**

***1.1.Перечень вопросов для промежуточной аттестации.***

*1.1.1. Теоретические вопросы*

1. Механизм воздействия массажа на организм.
2. Гигиенические основы массажа.
3. Системы массажа.
4. Классификация приемов классическогоручного массажа.
5. Техника и методика выполнения приемов массажаи их физиологическое воздействие: поглаживание, выжимание, разминание, растирание, сотрясающие приемы, ударные приемы, вибрация, движения.
6. Методы массажа.
7. Формы массажа.
8. Классификация массажа.
9. Методика массажа при гипертонической болезни.
10. Методика массажа при гипотонической болезни
11. Методика массажа при стенокардии.
12. Методика массажа при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда.
13. Методика массажа при пороках сердца.
14. Методика массажа при пневмонии и бронхитах.
15. Методика массажа при бронхиальной астме.
16. Методика массажа при последствиях нарушения мозгового кровообращения (инсульт).
17. Методика массажа при вялых параличах.
18. Методика массажа при шейном остеохондрозе.
19. Методика массажа при пояснично-крестцовом остеохондрозе.
20. Методика массажа при радикулите.
21. Методика массажа при невритах лицевого и тройничного нервов.
22. Методика массажа при травмах периферических нервов
23. Методика массажа при ожирении.
24. Применение аппаратных видов массажа при ожирении.
25. Методика массажа при подагре.
26. Методика массажа при заболеваниях кишечника (колиты).
27. Методика массажа при ушибах
28. Методика массажа при вывихах
29. Методика массажа при растяжении связок суставов
30. Методика массажа при повреждении менисков коленного сустава
31. Методика массажа при переломах костей
32. Методика массажа при травматических повреждениях позвоночника
33. Методика массажа при артрозе
34. Методика массажа при анкилозирующем спондилоартрите
35. Методика массажа при контрактурах и тугоподвижности суставов
36. Методика массажа при миозите
37. Методика массажа при бурсите
38. Методика массажа при судорогах икроножных мышц
39. Методика массажа при врожденнойкосолапости
40. Методика массажа при плоскостопии
41. Методика массажа при сколиозах

*1.1.2. Практические задания*

1. Выполнение лечебного классического массажа при травмах ОДА (конкретное задание дает преподаватель).

2. Выполнение лечебного классического массажа после компрессионныхпереломов позвонков (конкретное задание дает преподаватель).

3. Выполнение лечебного классического массажа при заболеваниях суставов (конкретное задание дает преподаватель).

4. Выполнение лечебного классического массажа при остеохондропатиях (конкретное задание дает преподаватель).

5. Выполнение лечебного классического массажа при контрактурах (конкретное задание дает преподаватель).

6. Выполнение лечебного классического массажа при нарушениях осанки (конкретное задание дает преподаватель).

7. Выполнение лечебного классического массажа при нарушении обмена веществ (конкретное задание дает преподаватель).

8. Выполнение лечебного классического массажа при заболеваниях нервной системы (конкретное задание дает преподаватель).

9. Выполнение лечебного классического массажа при невропатиях периферических нервов (конкретное задание дает преподаватель).

10. Выполнение лечебного классического массажа при заболеваниях сердено-сосудистой системы (конкретное задание дает преподаватель).

11. Выполнение лечебного классического массажа при заболеваниях дыхательной системы (конкретное задание дает преподаватель).

12. Выполнение лечебного классического массажа при заболеваниях пищеварительной системы (конкретное задание дает преподаватель).

***1.2. Вопросы для устного опроса***

**Раздел 1. Введение.**

1. Понятие о массаже. Дать определение массажу и пояснить, какое действие он оказывает на организм.

2. Указать механизмы воздействия массажа на организм.

3. Какой массаж называется лечебным? Классификация лечебного массажа. Цель применения лечебногомассажа. Раскройте понятие «отсасывающий» массаж.

4. Какие рефлекторные реакции возникают при массаже кожи?

5. Каково влияние массажа на ЦНС и от чего это влияние зависит?

6. Каково влияние массажа на химические процессы в мышцах?

7. Каково влияние массажа при затвердениях или атрофии мышц? Приведите пример из спортивной и лечебной практики.

8. Каково влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.? Перечислитеприменяемыеприемы.

9. Какое влияние оказывает массаж на кровяное давление?

10. Как влияет массаж на работу сердца? Массируется ли лимфатические узлы? Каково влияние массажа на мочеотделение?

11. Какое влияние оказывает массаж на дыхательную функцию?

12. Каковы гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажной? Размеры массажного кабинета на одного человека, общей массажной. Какие гигиенические требования предъявляются к массируемому? Какие гигиенические требования должен выполнять массажист?

13. Каким образом массажист должен поддерживать необходимый уровень своей физической подготовки?

14. Почему массажист не должен вызывать у массируемого болей?

15. Какова роль биомеханических законов в проведении массажа?

16. Перечислите показания и противопоказания к применению массажа.

**Раздел 2. Основные приемы классического массажа**

1. Сколько существует приемов классического ручного массажа? По какому анатомическому и физиологическому принципам приемы можно разделить на группы?

2. Какие ткани массируют приемом «поглаживание». Понятие о приеме поглаживания, его цель.

3. Особенности физиологического воздействия приема поглаживания. Каковы отличия методики проведения поглаживания основным и дополнительным методом?

4. Раскройте особенности методика поглаживания в области передней поверхности бедра дополнительным методом?

5. Какие ткани массируют приемом «выжимание». Понятие о приеме выжимание, его цель.

6. Каковы отличия методики проведения приемов выжимания основным и дополнительным методом.

7. Какие бывают виды отягощения при проведении приемов массажа и раскройте их особенности?

8. Какие ткани массируют приемом разминание и на какие группы по механическому воздействию подразделяется прием «разминание».

9. От чего зависит характер влияния разминания на центральную нервную систему и нервно-мышечный аппарат? Особенностимассажаженщин.

10. На каких тканях применяется прием «растирание»? Понятие о приеме растирания, его физиологическое воздействие.

11. На какие группы по целевой направленности подразделяется прием растирания? Объяснить различия этих групп. Перечислить разновидности этих приемов в группах.

12. Какие разновидности приема растирания применяются на суставах (на примере коленного сустава) и какие в области спины?

13. Показать технику и методику выполнения приема растирание подушечками пальцев (четыре к одному и один и четырем) на коленном суставе.

14. Каково значение приемов растирания в лечебной практике? Роль тепла в сочетании с растирками.

15. На каких тканях применяют сотрясающие приемы и их физиологическое воздействие?

16. Назовите отличие проведения приема «потряхивание» на мышцах от приема «валяние».

17. На каких тканях применяют ударные приемы? Какое физиологическое влияние оказывают ударные приемы на организм?

18. На каких участках тела ударные приемы проводятся с большой осторожностью и недлительно? На каких участках тела не выполняются ударные приемы? Какое значение имеют ударные приемы в лечебной практике?

19. Какие бывают разновидности движений в практике массажа? Дайте каждому движению определение. Чем определяется направление движений в суставе?

20. В какой последовательности проводятся движения (пассивные, активные, с сопротивлением)?

21. Расскажите, после каких приемов применяют движения и объясните целесообразность их чередования в сеансе. Какая разновидность движений способствует увеличению подвижности суставов?

**Раздел 3. Массаж при различных заболеваниях и травмах**

1. Механизм лечебного действия массажа при заболеваниях сердечнососудистой системы.

2. Основы методики лечебного массажа при заболеваниях сердечнососудистой системы.

3. Понятие о гипертонической и гипотонической болезни. Задачи и методика лечебного массажа при гипертонической и гипотонической болезни.

4. Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС) и инфаркте миокарда. Задачи и методика лечебного массажа в зависимости от периода лечения (больничный после-больничный и период санаторно-курортного лечения).

5. Понятие о пороках сердца. Задачи и методика лечебного массажа.

6. Непрямой массаж сердца. Показания и противопоказания к массажу. Задачи и методика массажа при остановке кровообращения.

7. Основные проявления заболеваний органов дыхания и механизм лечебного действия массажа при них.

8. Понятие о пневмонии. Задачи массажа и методика лечебного массажа.

9. Понятие и бронхиальной астме. Задачи и методика лечебного массажа, специальные упражнения.

10. Охарактеризуйте травмы опорно-двигательного аппарата, их основные клинические проявления и осложнения.

11. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

12. Особенности методики лечебного массажа при ушибах, вывихах плечевого и локтевого суставов по периодам в зависимости от характера иммобилизации.

13. Особенности методики массажа при миозите, бурсите и судорогах икроножных мышц.

14. Охарактеризуйте травмы коленного сустава (повреждения менисков коленного сустава, разрыв боковых и крестообразных связок). Задачи и методика лечебного массажа по периодам и в зависимости от характера иммобилизации.

15. Виды переломов костей таза и длинных трубчатых костей. Задачи и методика при переломах костей и костей таза в зависимости от периода лечения (иммобилизационный, постиммобилизационный и восстановительный).

16. Компрессионные переломы позвонков в разных отделах позвоночника. Задачи и методика массажа по периодам.

17. Понятие о правильной осанке и ее нарушения. Виды нарушений осанки. Понятие о сколиотической болезни. Основные разновидности сколиоза и их степени. Задачи и методика лечебного массажа при нарушении осанки и сколиозах.

18. Понятие о плоскостопии (продольном и поперечном) и косолапости. Причины и механизмы формирования деформации стопы. Задачи и методикалечебного массажа при плоскостопии и косолапости.

19. Сочетание массажа со специальными упражнениями для профилактики и исправления плоскостопии и косолапости.

20. Понятие о врожденной кривошеи. Задачи и методика лечебного массажа, специальные упражнения.

21. Понятие об инсульте. Задачи и методика лечебного массажа.

22. Особенности лечебного массажа при вялых параличах (периферические парезы и параличи).

23. Методика лечебного массажа при радикулитах.

24. Методика лечебного массажа при невралгии затылочных нервов.

25. Методика лечебного массажа при невралгии тройничного нерва.

26. Методика лечебного массажа при неврите лицевого нерва.

27. Методика лечебного массажа при травмах периферических нервов в зависимости от периода лечения (самый ранний послеоперационный, ранний восстановительный, поздний восстановительный и резидуальный периоды).

28. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и методика лечебного массажа при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.

29. Синдром остеохондроза шейного отдела позвоночника. Задачи и методика лечебного массажа.

30. Особенности методики лечебного массажа при деформирующем артрозе коленного сустава, ревматоидном полиартрите кисти и анкилозирующем спондилоартрите. Методика массажа. Методические указания.

31. Охарактезирруйте основные нарушения обмена веществ.

32. Понятие об ожирении. Виды и степени ожирении. Задачи и методика лечебного массажа по периодам заболевания.

33. Понятие о подагре. Задачи и методика лечебного массажа.

34. Понятие о рахите. Задачи массажа и особенности методики лечебного массажа в зависимости от периода (разгара заболевания, реконвалесценции остаточных явлений), течения (острое, подострое, рецидивирующее) и тяжести процесса.

**Раздел 4. Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения.**

1. Назвать классификацию растирок.

2. Какова методика применения растирок и мазей в практике лечебного массажа? Противопоказания к растиркам. Назовите и укажите причины при каких заболеваниях и на каких участках тела не рекомендуется использовать массажные мази растирки.

3. Какова методика массажа, проводимого в сочетании с тепловыми процедурами (лечебные грязи, парафинии.т.д.)? Показания и противопоказания к применению тепловых процедур.

4. Какова методика массажа, проводимого в сочетании с водными процедурами (душ, ванны и.т.д.)? Показания и противопоказания к применению водных процедур.

5. Расскажите об особенностях проведения массажа в сочетании со световой процедурой. Показания и противопоказания к применению световых процедур.

6. В чем особенности методики проведения массажа в сочетании с электропроцедурами?

7. Каково физиологическое влияние криомассажа на организм7 Методика проведения, длительность сеанса криомассажа? Показания и противопоказания к применению криомомассажа.

8. Каково физиологическое влияние баночного массажа на организм? Показания и противопоказания к применению баночного массажа. Какова методика проведения баночногомассажа?9. Какие бывают виды механических массажеров и методика их использования?

***1.3. Практические задания***

**Раздел 2. Основные приемы классического массажа**

1. Показать технику и методику выполнения основных и дополнительных приемов поглаживания на спине.

2. Перечислить и продемонстрировать какие участки руки и из каких исходных положений массажиста массируются в положении массируемого лежа на спине (назовите по порядку пять исходных положений рук).

3. Показать технику и методику выполнения приемов выжимания.

4. Объяснить, как выполняется и продемонстрировать продольное выжимание на передней поверхности бедра и голени.

5. Объяснить, как выполняется и продемонстрировать продольное выжимание с отягощением на бедре и голени из исходного положения массируемого лежа на животе.

6. Перечислить и продемонстрировать из каких исходных положений массируемого и массажиста массируется передняя поверхность голени (назовите последовательность четырех положении голени).

7. Показать технику и методику выполнения выжимания «обхватом» на икроножной мышце и на передней поверхности бедра.

8. Указать какие имеются разновидности приемов разминания, при выполнении которых мышечная ткань приподнимается от костного ложа и разминается путем смещения ее в сторону. Показать технику и методику выполнения этих приемов на широчайших мышцах спины.

9. Объяснить и продемонстрировать, как выполняется двойное ординарное разминание на мышцах бедра и плеча в положении лежа на спине или сидя на стуле. Назовитеотличиепроведенияординарного разминания от двойного ординарного.

10. Показать технику выполнения разновидности приемов разминания на спине, при выполнении которых мышечная ткань придавливается к костному ложу.

11. Показать технику выполнения приема разминания подушечкой большого пальца на спине и на икроножных мышцах. Назовите преимущества и недостатки этого приема перед остальными приемами разминания.

12. Показать технику выполнения приема растирания подушечками четырех пальцев. Укажите особенности растирания подушечками четырех пальцев на межреберных промежутках и продемонстрируйте прием.

13. Объяснить и продемонстрировать, как выполняется прием «валяние» на мышцах бедра и плеча из различных исходных положений массируемого (лежа на животе, на спине, сидя).

14. Объяснить и продемонстрировать как выполняется прием «встряхивание» на руках и ногах (2-3 варианта). Каковарольприемавстряхивания в лечебной практике?

15. Показать технику и методику выполнения ударных приемов на спине.

16. Как проводятся пассивные движения на коленном и тазобедренном суставах в положении массируемого лежа на спине и животе? Продемонстрировать технику выполнения.

**Раздел 3. Массаж при различных заболеваниях и травмах**

1. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при гипертонической и гипотонической болезни.

2. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при ишемической болезни сердца (ИБС) и инфаркте миокарда в зависимости от периода лечения (больничный послебольничный и период санаторно-курортного лечения).

3. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа припороках сердца.

4. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при пневмонии.

5. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при бронхиальной астме.

6. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при ушибах, вывихах плечевого и локтевого суставов по периодам в зависимости от характера иммобилизации.

7. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при миозите, бурсите и судорогах икроножных мышц.

8. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при повреждениях менисков коленного сустава, разрыв боковых и крестообразных связокв зависимости от характера иммобилизации.

9. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при переломов костей таза и длинных трубчатых костей в зависимости от периода лечения (иммобилизационный, постиммобилизационный и восстановительный).

10. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при компрессионных переломах позвонков в разных отделах позвоночника по периодам.

11. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажапри нарушении осанки и сколиозах.

12. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при плоскостопии (продольном и поперечном) и косолапости.

13. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при врожденной кривошеи.

14. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при инсульте.

15. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажапри вялых параличах (периферические парезы и параличи).

16. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа прирадикулитах.

17. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при невралгии затылочных нервов.

18. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при невралгии тройничного нерва.

19. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при неврите лицевого нерва.

20. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при травмах периферических нервов в зависимости от периода лечения (самый ранний послеоперационный, ранний восстановительный, поздний восстановительный и резидуальный периоды).

21.Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.

22. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа приостеохондрозе шейного отдела позвоночника.

23. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при деформирующем артрозе коленного сустава, ревматоидном полиартрите кисти и анкилозирующем спондилоартрите.

24. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при ожирении по периодам заболевания.

25. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при подагре.

26. Объяснить и продемонстрировать методику лечебного массажа при рахите в зависимости от периода (разгара заболевания, реконвалесценции остаточных явлений), течения (острое, подострое, рецидивирующее) и тяжести процесса.

***1.4. Ситуационные задачи***

**Раздел 2. Классификация приемов классического ручного массажа. Физиологическое воздействие, техника и методика приемов массажа.**

**Задача 1**

На прием пришел пациент оптимизировать психоэмоциональное состояние. В связи с напряженной работой он очень нервный, возбужденный.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Определите, на каких участках тела и какие основные приемы будут преимущественно использоваться в данном сеансе массажа.

2. Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

3. Продемонстрируйте технику и методику выполнения приемов массажа.

**Задача 2**

Врач назначает массаж в области живота.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Назовите особенности массажа живота.

2. Обоснуйте выбор массажных приемов для данного участка тела.

3. Выполните массаж живота.

**Задача 3**

Больному назначен классический массаж голеностопного сустава.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Какие области и в какой последовательности можно включить в план массажа.

2. Назовите основные массажные приемы.

3. Продемонстрируйте технику и методику выполнения массажа.

**Задача 4**

Врач назначил классический массаж тазобедренного сустава.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Какие области и в какой последовательности можно включить в план массажа.

2. Назовите основные массажные приемы.

3. Продемонстрируйте технику и методику проведения массажа тазобедренного сустава.

**Задача 5**

Больному назначен классический массаж грудной клетки.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Определите, какие приемы будет преимущественно использоваться в данном сеансе массажа.

2. Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

3. Продемонстрируйте технику и методику проведения массажа грудной клетки.

**Задача 6**

Больному после перенесенной пневмонии назначен классический массаж задней поверхности грудной клетки.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Укажите особенности выполнения приемов в данной области, направление массажных приемов.

2. Задачи сеанса массажа.

3. Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

4. Продемонстрируйте технику и методику проведения массажа области спины.

**Задача 7**

Больному назначен классический массаж плечевого сустава.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Какие области и в какой последовательности можно включить в план массажа.

2. Определите, какие приемы будут преимущественно использоваться в данном сеансе массажа.

3.Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

4. Продемонстрируйте технику и методику проведения массажа плечевого сустава.

**Задача 8**

Больному назначен классический массаж коленного сустава.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Какие области и в какой последовательности можно включить в план массажа.

**2**. Определите, какие приемы будут преимущественно использоваться в данном сеансе массажа.

3. Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

4. Продемонстрируйте технику массажа коленного сустава.

**Раздел 3. Массаж при различных заболеваниях и травмах**

**Задача 1.**

К вам на прием пришел пациент с диагнозом гипертоническая болезнь. Жалуется на частые головные боли, головокружение.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Перечислить задачи сеанса массажа.

2. Возможные противопоказания к массажу при гипертонической болезни.

3. Методика массажа при гипертонической болезни.

**Задача 2.**

К вам на прием пришел пациент с диагнозом инфаркт миокарда. Жалуется на частые головные боли, головокружение и боли в области сердца. После выписки из больницы (период больничного лечения) назначен массаж (послебольничного периода лечения).

**ЗАДАНИЕ:**

1. Перечислить задачи сеанса массажа.

2. Возможные противопоказания к массажу при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда.

3. На каких участках тела и из какого исходного положения больного следует проводить массаж.

4. Особенности методики проведения массажа при инфаркте миокарда.

**Задача 3.**

Пациентка 30 лет, после стационарного лечения. Диагноз- пневмония.

Рекомендован массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о пневмонии.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполните массаж при пневмонии.

**Задача 4.**

Пациентка К, 19 лет, с диагнозом бронхиальная астсма. Направлена на УВЧ-терапию. Рекомендованы занятия ЛФК, массажа.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о бронхиальной астме.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполните массаж спине и грудной клетки.

**Задача 5.**

На прием пришел пациент, в анамнезе инсульт, жалуется на слабость мышц верхней и нижней конечностей.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Укажите, по какой последовательности следует массировать паретичные конечности.

2. Определите, какие приемы будут преимущественно использоваться в данном сеансе массажа.

2. Охарактеризуйте их физиологическое воздействие.

3. Продемонстрируйте технику и методику выполнения приемов.

**Задача 6.**

Врач назначил больному, страдающему пояснично-крестцовым радикулитом.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о радикулите.

2. Задачи сеанса массажа.

3. Укажите, по какой последовательности следует массировать параженные конечности.

4. Особенности проведения массажа при пояснично-крестцовом радикулите.

3. Методика лечебного массажа при радикулитах.

**Задача 7.**

У больного после длительного переохлаждения наступил паралич всех мимических мышц половины лица, врач поставил диагноз: неврит лицевого нерва, назначил массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Охарактеризовать состояние мышц лица.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Особенности методики проведения массажа при неврите лицевого нерва.

4. Показать специальные упражнения для мимических мышц с целью восстановления функции мимических мышц.

**Задача 8.**

У больного после длительного охлаждения и гиппозгой инфекции паступил невралгия затылочных нервов. врач поставил диагноз: невралгия затылочных нервов, назначил массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Охарактеризовать симптоматика невралгии затылочных нервов.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Особенности методики проведения массажа при невралгии затылочных нервов.

4. Какие по характеру растирки и тепловые процедуры рекомендуются при невралгии затылочных нервов.

**Задача 9.**

Пациентке 38 лет, страдает мигренью. Назначен массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о мигрени.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполните массаж воротниковой зоны и головы.

**Задача 10.**

Больной жалуется на частые головные боли, ухудшение зрения, частые боли в шейном отделе позвоночника, которая доходит до лопатки. Врач ставит диагноз: шейный остеохондроз и направляет на массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие об остеохондрозе позвоночника.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Методика лечебного массажа при шейном остеохондрозе позвоночника.

4. Показать специальные упражнения при шейном остеохондрозе и цель их выполнения.

**Задача 11.**

Больному 20 лет, в связи с травмой шейного отдела позвоночника оказана медицинская помощь. После выписки из больницы назначен массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Цель массажа.

2. Задачи сеанса массажа.

3. Методика лечебного массажа при травматическом повреждении шейного отдела

позвоночника без смещения.

**Задача 12.**

К вам на прием пришел пациент с диагнозом артроз коленного сустава. Жалуется на боль коленного сустава.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Перечислить задачи сеанса массажа.

2. Особенности методики массажа при деформирующем артрозе коленного сустава.

2. Возможные противопоказания к массажу при атрозах.

3. Методика массажа при деформирующем артрозе коленного сустава.

**Задача 13.**

К вам на прием пришел пациент с диагнозом ревматоидный полиартрит пальцев кисти. Жалуется на боль пальцев кисти.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Перечислить задачи сеанса массажа.

2. Особенности методики массажа при ревматоидном полиартрите кисти.

3. Методика массажа при ревматоидном полиартрите пальцев кисти. Показать специальные упражнения при ревматоидном полиартите пальцев кисти (подострый

период).

**Задача 14.**

К вам на прием пришел пациент с диагнозом ожирение.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие об ожирении. Виды (формы) и степни ожирения.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Назовите разница в проявлениях ожирения и целлюлита.

4. Особенности методики массажа при ожирении.

**Задача 15.**

Больная 12 лет. Диагноз: идиопатический правосторонний грудной и левосторонний поясничный сколиоз 2 степени.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие об идиопатический сколиозе.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Методика лечебного массажа при идиопатический правостороннем грудом и левостороннем поясничном сколиозе 2 степени.

4. Назовите и охарактеризуйте, какие виды физических упражнений используются на занятиях ЛФК с детьми, страдающими сколиозами?

**Задача 16.**

Ребенок страдает плоскостопием. Назначен классический массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о плоскостопии (продольном и поперечном).

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполните массаж голени и стопы. Сочетание массажа со специальными упражнениями для профилактики и исправления плоскостопия.

**Задача 17.**

У ребенка врожденная мышечная кривошея. Назначен классический массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о врожденной мышечной кривошеи.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполните массаж при кривошеи. Показать специальные корригирующие упражнения при кривошеи.

**Задача 18.**

У ребенка врожденная косолапость. Назначен классический массаж.

**ЗАДАНИЕ:**

1. Понятие о врожденной косолапости. Причины и механизмы формирования деформации стопы.

2. Перечислить задачи сеанса массажа.

3. Выполнить массаж в сочетание со специальными упражнениями для профилактики и исправления косолапости.

**2.Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций**

Оценка качества освоения дисциплины «Лечебный массаж» обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущая аттестация – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль (текущая аттестация) представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущей успеваемости по дисциплине «Лечебный массаж» относятся:

**2.1. *Собеседование, устный опрос*** - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.

*Критерии оценивания ответа студента при собеседовании:*

**Оценка «отлично»** выставляется студенту, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.

**Оценка «хорошо»** выставляется студенту, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.

**Оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.

**Оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

1. ***2.2.Практические задания***

*Практическое задание* – это форма обучения, которая предполагает непосредственное участие студента в новом знании, служащем для правильного выполнения действия, приводящего к достижению цели. Цель заключается в том, чтобы сформировать у студентов практические навыки.

*Критерии оценки практического задания:*

-оценка «**зачтено»** выставляется обучающемуся, если не допустил ни одной ошибки или возможно допустил одну-две ошибки (не пропустил прием, правильно выполнил его методически) и показал отличную или хорошую технику выполнения всех используемых приемов;

- оценка «**не зачтено»** выставляется, если студент допускает существенные ошибки, неуверенно с большим затруднением, выполняет показ приемов, не владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

1. ***2.3. Ситуационная задача***
2. *Ситуационная задача* **–** проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы. Студентам излагается проблемная ситуация, связанная с их будущей профессиональной деятельностью и предлагается принять быстрое решение. Время решения задачи ограничено, при оценке учитывается не только правильность ответа, но и быстрота реакции, которая имеет важное значение в реальной ситуации.

*Критерии оценивания ситуационных задач:*

-оценка «**зачтено»** выставляется обучающемуся, если задача решена, студент не допустил ни одной ошибки или возможно допустил одну-две ошибки (не пропустил прием, правильно выполнил его методически) и показал отличную или хорошую технику выполнения всех используемых приемов;

- оценка «**не зачтено»** выставляется, если задача не решена, студент допускает существенные ошибки, неуверенно с большим затруднением, выполняет показ приемов, не владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

***2.4. Виды и формы отработки пропущенных занятий***

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного лекционного занятия проводится в следующих формах: самостоятельная работа студента над вопросами лекции с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то: студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

**Промежуточная аттестация –** оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины. Форма промежуточной аттестации – зачет с оценкой.

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации с целью подведения итогов освоения студентами всего объема дисциплины образовательной программы, оценки прочности теоретических знаний и практических навыков.

Зачет с оценкой по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Для сдачи зачета студенту дается задание: два теоретических вопроса и одно практическое задание.

*Критерии оценивания промежуточной аттестации:*

- оценка **«отлично»** ставится в том случае, когда студент обнаруживает систематическое и глубокое знание программного материала по дисциплине, умеет свободно ориентироваться в вопросе. Ответ полный и правильный на основании изученного материала. Студент уверенно отвечает на дополнительные вопросы. Практическое задание выполнено без ошибок (не пропустил прием, правильно выполнил его методически) и показал отличную технику выполнения всех используемых приемов.

- оценка **«хорошо»** ставится в том случае, когда студент обнаруживает полное знание учебного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине. Ответ полный и правильный, при этом допущены 2-3 несущественные погрешности, исправленные по требованию преподавателя. Студент испытывает незначительные трудности в ответах на дополнительные вопросы. Практическое задание выполнено с одной ошибкой (пропустил прием или выполнил его методически не верно) и показал отличную или хорошую технику выполнения всех используемых приемов.

- оценка **«удовлетоврительно»** ставится в том случае, когда студент обнаруживает знание основного программного материала по дисциплине, но допускает значительные погрешности в ответе. Основные понятия употреблены правильно, но обнаруживается недостаточное раскрытие теоретического материала. Студент испытывает достаточные трудности в ответах на вопросы. Практическое задание выполнено с двумя ошибками (пропустил приемы или выполнил их методически не верно) и показал хорошую или удовлетворительную технику выполнения всех используемых приемов.

- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебного материала по дисциплине. При ответе обнаружено непонимание студентом основного содержания теоретического материала или допущен ряд существенных ошибок, которые студент не может исправить при наводящих вопросах преподавателя, затрудняется в ответах на вопросы. Практическое задание не выполнено или выполнено с дтремя и более ошибками (пропустил приемы или выполнил их методически не верно) и показал удовлетворительную технику выполнения всех используемых приемов или не показал технику выполнения всех используемых приемов.