

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«АКАДЕМИЯ МАНУАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

ООО «Академия Мануальной Терапии»

Елисеева Н.В.

«07» июня 2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО МАССАЖА»**

**РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ**

г. Уфа-2023г.

## **Содержание программы**

### **1. Введение в массаж.**

#### **Тема 1.1 Правила и гигиенические основы массажа Организация труда массажиста.**

История возникновения и развития массажа. Понятие о массаже. Виды массажа: лечебный, спортивный, гигиенический, косметический, самомассаж, их разновидности. Понятие о реабилитации. Место массажа в комплексном лечении и реабилитации больных. Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и физиотерапией. Значение массажа в лечении и профилактике заболеваний у детей. Требования, предъявляемые к массажисту. Подготовка к массажу. Схема положений массируемого и показатели достаточного расслабления мышц. Требования к организации лечебного массажа. Правила построения процедуры и курса массажа. Массажные средства. Оборудование рабочего места и массажного кабинета. Нормы нагрузки массажиста. Учет и отчетность по массажу. Нормативные документы, регламентирующие работу массажиста.

#### **Тема 1.2. Анатомия физиология человека.**

Общие сведения о строении скелета, мышечная система человека. Строения сердечно сосудистой системы, строения нервной системы, грудной, брюшной полости, кожи.

### **2. Приемы классического массажа.**

#### **Тема 2.1. Поглаживание: разновидности данного приема, методические указания к его применению.**

Приемы поглаживания, растирания, разминания и вибрации основные и вспомогательные, классификация. Техника выполнения. Физиологическое действие. Показания к применению. Методические указания к проведению.

Практическая отработка навыка.

#### **Тема 2.2. Растирание: воздействие на организм, методические указания к применению этого приема.**

Выполнение основных и вспомогательных приемов растирания с учетом дозировки: темпа, глубины, кратности повторения. Соблюдение методических указаний к проведению

Практическая отработка навыка.

**Тема 2.3. Разминание: разновидности приема, методические указания к применению.**

Выполнение основных и вспомогательных приемов разминания с учетом дозировки: темпа, глубины, кратности повторения. Соблюдение методических указаний к проведению.

Практическая отработка навыка.

**Тема 2.4. Выжимание: воздействие на организм, методические указания к применению.**

Выполнение основных и вспомогательных приемов выжимания с учетом дозировки: темпа, глубины, кратности повторения. Соблюдение методических указаний к проведению.

Практическая отработка приема.

**Тема 2.5. Ударные приемы: практическая отработка с сопровождением методических указаний.**

Выполнение основных и вспомогательных ударных приемов с учетом дозировки: темпа, глубины, кратности повторения. Соблюдение методических указаний к проведению.

Практическая отработка приема.

**Тема 2.6. Вибрационные приемы: практическая отработка с методическими указаниями.**

Выполнение основных и вспомогательных вибрационных приемов с учетом дозировки: темпа, глубины, кратности повторения. Соблюдение методических указаний к проведению.

Практическая отработка приема.

**Тема 2.7. Использование массажных приемов в сочетаниях.**

Выполнение основных и вспомогательных массажных приемов в сочетаниях. Соблюдение методических указаний к проведению.

Практическая отработка приема.

**3. Техника и методика массажа отдельных частей тела человека.**

**Тема 3.1 Массаж задней поверхности туловища.**

Массаж спины: направление движений, особенности применения массажа.

Массаж поясничной, крестцовой областей, особенности применения движений.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.2. Массаж нижних конечностей.**

Ягодичная область - техника движений, практическая отработка навыка.

Массаж бедра - техника движений, практическая отработка навыка

Массаж коленного сустава - техника движений, практическая отработка навыка. Массаж голени - техника движений, практическая отработка навыка. Массаж стоп - техника движений, практическая отработка навыка.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.3. Массаж передней брюшной стенки.**

Массаж живота. Определение показаний и противопоказаний к массажу живота. Составление плана массажа. Обеспечение правильного положения больного при массаже, положение массажиста. Определение границ массируемых областей. Выбор направления массажных движений. Оптимальный подбор приемов. Соблюдение методических указаний к массажу.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.4. Массаж грудной клетки.**

Направление массажных движений. Массаж грудной клетки. Определение показаний и противопоказаний к массажу грудной клетки. Составление плана массажа. Обеспечение правильного положения больного при массаже, положение массажиста. Определение границ массируемых областей. Выбор направления массажных движений. Оптимальный подбор приемов. Соблюдение методических указаний к массажу.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.5. Массаж верхних конечностей тела.**

Массаж плечевого сустава. Массаж предплечья. Определение показаний и противопоказаний к массажу верхних конечностей тела. Составление плана массажа. Обеспечение правильного положения больного при массаже, положение массажиста. Определение границ массируемых областей. Выбор направления массажных движений. Оптимальный подбор приемов. Соблюдение методических указаний к массажу.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.6. Массаж шейно-воротниковой зоны.**

Направления и правила движений. Определение показаний и противопоказаний к массажу шейно-воротниковой зоны. Составление плана массажа. Обеспечение правильного положения больного при массаже, положение массажиста. Определение границ массируемых областей. Выбор направления массажных движений. Оптимальный подбор приемов. Соблюдение методических указаний к массажу.

Практическая отработка приема.

### **Тема 3.7 Самомассаж.**

Направления и правила движений.

Практическая отработка приема.

### **Промежуточная аттестация. Зачет.**

## **4. Массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.**

### **Тема 4.1 Массаж при заболеваниях позвоночника.**

Анатомические особенности строения различных отделов позвоночника, основные клинические проявления воспалительно-дегенеративных заболеваний позвоночника. Принципы лечения. Значение массажа и лечебной гимнастики в лечении. Показания и противопоказания к назначению различных видов массажа, особенности проведения массажа при различных заболеваниях и реабилитации больных.

Практическая отработка приема.

### **Тема 4.2 Массаж при нарушения осанки.**

Массаж при сколиозе, нарушениях осанки, остеохондрозе позвоночника. Виды массажа. Основные приемы массажа. Нейрофизиологические принципы действия различных видов массажа при данной патологии. Показания, противопоказания к проведению массажа. Основы точечного массажа, сегментарно-рефлекторного массажа, периостального массажа, мануальной терапии при данной патологии. аппаратный массаж, гидромассаж при данной патологии

Практическая отработка приема.

### **Тема 4.3. Массаж при плоскостопии.**

Понятие о плоскостопии, причины возникновения, меры профилактики. Лечение плоскостопия. Методика массажа и лечебной гимнастики. Причины возникновения и основные клинические проявления. Значение ранней диагностики. Принципы лечения и реабилитации детей. Особенности проведения массажа, лечебной гимнастики, лечения положением. Методические указания к проведению массажа у детей младенческого и раннего возраста

Практическая отработка приема.

## **5. Массаж при функциональных заболеваниях нервной системы.**

### **Тема 5.1. Массаж при неврозе.**

Основные клинические проявления неврозов и неврозоподобных состояний. Значение массажа в комплексном лечении. Цели и задачи массажа. Используемые виды и методики массажа. Показания и противопоказания к применению массажа. Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и другими видами лечения. Особенности проведения массажа при энурезах и других неврозах у детей.

Практическая отработка приема.

### **Тема 5.2. Массаж при травматических повреждениях нервной системы.**

Основные клинические проявления поражений центральной и периферической нервной системы при травмах. Дифференциация центральных и периферических расстройств. Принципы и периоды лечения. Значение массажа и лечебной гимнастики в комплексном лечении. Показания и противопоказания к применению массажа. Массаж при ранениях нервных стволов в разные периоды (предоперационный, после операционный, при консервативном лечении). Особенности проведения массажа у детей.

Практическая отработка приема.

### **Тема 5.3 Массаж при вялых параличах.**

Основные клинические проявления заболеваний периферической нервной системы. Анализ состояния мышц и двигательных функций. Значение массажа и лечебной гимнастики в комплексном лечении и реабилитации больных. Особенности подготовки к массажу при вялых параличах. Роль исходных положений. Виды и методики массажа, используемые при лечении. Особенности сочетания массажа, пассивных и активных.

Практическая отработка приема.

## **6. Массаж при заболеваниях сердца и сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.**

### **Тема 6.1 Массаж при заболеваниях сердца и сердечно-сосудистой системы.**

Характеристика расстройств кровообращения. Цели и задачи массажа при ишемической болезни сердца, пороках сердца, гипертонической болезни, гипотонических состояниях и др. Особенности проведения различных видов массажа, в том числе у детей. Особенности проведения массажа при врожденных пороках сердца у детей.

Практическая отработка приема.

### **Тема 6.2 Массаж при заболеваниях периферических сосудов.**

Основные клинические проявления заболеваний периферических артерий и вен. Цели и задачи массажа при варикозной болезни и заболеваниях артерий. Используемые виды и методики массажа.

Практическая отработка приема.

### **Тема 6.3 Массаж при заболеваниях органов дыхания.**

Значение и задачи массажа в комплексном лечении и реабилитации больных с заболеваниями органов дыхания. Показания и противопоказания к проведению массажа. Особенности проведения массажа при воспалительных заболеваниях органов дыхания, эмфиземе легких, бронхиальной астме и др. Применение различных видов массажа и дыхательных упражнений. Сочетания массажа с лечебной гимнастикой, физиотерапевтическими процедурами. Особенности проведения массажа при воспалительных заболеваниях органов дыхания у младенцев и детей раннего возраста.

Практическая отработка приема.