

**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. Дифференсация 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.