

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДВНЗ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спортивний масаж

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Другий (магістерський) рівень

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол №1 від «28» серпня 2020 р.

м. Івано-Франківськ - 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Спортивний масаж
Викладач (-і)	Богославець Р. Я.
Контактний телефон викладача	0977443483
Е-mail викладача	rostyslav.bohoslavets@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Лекційні, лабораторні заняття
Обсяг дисципліни	6 кредитів ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	середа 13.30
2. Анотація до курсу	
<p>Дисципліна призначена для студентів третього курсу освітнього рівня «бакалавр» спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія та покликана сформувати у них цілісну систему знань щодо впливу спортивного масажу на відновлення функціонування опорно-рухового апарату, а також різних органів та систем організму. Особливості включення спортивного масажу у програми фізичної терапії, які використовують для відновлення після травм та захворювань.</p>	
3. Мета та цілі курсу	
<p>Опанування знань та вмінь, передбачених кваліфікаційною характеристикою спеціаліста за фахом «Фізична терапія, ерготерапія», шляхом ознайомлення студентів із основними спортивного масажу, а також засвоєння принципів і навичок проведення спортивного масажу при різних захворюваннях і травмах.</p>	
4. Компетентності	
<ul style="list-style-type: none"> • здатність застосовувати види та форми спортивного масажу при різних травмах; • знати механізм дії спортивного масажу; • знати покази і протипокази до проведення спортивного масажу; • уміти визначити особливості впливу спортивного масажу на функціональний стан організму; • уміти визначити фізіологічний вплив і методичні особливості використання спортивного масажу при різноманітних травмах; • уміти оцінити загальний стан хворого; • уміти провести програму фізичної терапії із використанням спортивного масажу; 	
5. Результати навчання	
<ul style="list-style-type: none"> • володіння навичкою проведення спортивного масажу із використанням технічних засобів при різноманітних захворюваннях; • володіння навичкою визначення впливу спортивного масажу, при різноманітних 	

травмах; <ul style="list-style-type: none"> володіння навичкою проведення спортивного масажу при різноманітних травмах; володіння навичкою оцінити загальний стан хворого; 					
6. Організація навчання курсу					
Обсяг курсу					
Вид заняття			Загальна кількість годин		
Лекційні заняття			24		
лабораторні заняття			18		
самостійна робота			180		
Ознаки курсу					
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий		
5, 6	227 Спортивний масаж	3	Н		
Тематика курсу					
Тема, план	<i>Форма заняття</i>	Літера тура	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Змістовий модуль 1. Фізіологічне обґрунтування застосування спортивного масажу	Лекції	1,4,7,	12		Вересень- січень
	Практичні заняття	11	8		
	Самостійна робота		70		
Тема 1. Фізіологічне обґрунтування застосування спортивного масажу	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1,2,19, 20	Історія розвитку спортивного масажу Визначення поняття спортивного масажу Передстартовий масаж Відновний масаж Фізіологічна дія масажу в спортивній діяльності Вплив масажу на шкіру Вплив масажу на кровоносну та лімфатичну системи Вплив масажу на зв'язково суглобовий апарат Вплив масажу на нервову систему Вплив масажу на дихальну систему Вплив масажу на ОРА Вплив масажу на обмін речовин	5 балів	Вересень
4					
2					
		20			
Тема 2. Види спортивного масажу		3,7,17, 32	Визначення поняття загального та місцевого масажу Особливості проведення загального масажу Особливості проведення місцевого масажу	5 балів	Вересень- жовтень

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		Тренувальний масаж Визначення періодів проведення масажу Мобілізаційний масаж Розминочний масаж Збуджуючий масаж Визначення часу проведення масажу Зігріваючий масаж Відновний масаж Реабілітаційний масаж Самомасаж 4 2 20		
Тема 3. Методика проведення спортивного масажу в спортивних іграх	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	3,5,16, 22	Визначення поняття спортивних ігор Специфіка масажу для баскетболістів Специфіка масажу для волейболістів Специфіка масажу для тенісистів та бадмінтоністів Специфіка масажу для футболістів 2 2 30	5 балів	Жовтень
Контрольна робота	Практичні заняття Самостійна робота	1,4,17, 21	Завдання тем 1-3 2 2	5 балів	Листопад
Змістовий модуль 2. Методика спортивного масажу у видах спорту, що вимагають проявів координаційних здібностей	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2,7,21, 32	12 10 110	5 балів	Лютий-травень
Тема 1. Спортивний масаж в гімнастиці, акробатиці та важкій атлетиці	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1,3,22, 27	Специфіка виконання масажу в гімнастиці Особливості виконання масажу при травмах, в гімнастиці Специфіка виконання масажу в акробатиці Особливості виконання масажу при травмах в акробатиці Специфіка виконання масажу в важкій атлетиці Особливості виконання масажу при травмах в важкій атлетиці Розподілення часу згідно масажних одиниць 4 4 30	5 балів	Лютий
Тема 2. Методика проведення масажу в циклічних		5,9,14, 16	Легка атлетика. Особливості виконання масажу Специфіка виконання спортивного масажу у бігових видах спорту	5 балів	лютий

видах спорту	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		Особливості виконання масажу ноги, згідно м'язових груп Масаж суглобів Покази та протипокази до спортивного масажу 4 2 30		
Тема 3. Методика проведення спортивного масажу в однокористуваннях	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	6,8,12, 19, 25	Методика проведення масажу в боротьбі (самбо, дзюдо) Бокс. Особливості проведення масажу Визначення травм при яких буде доцільно використовувати масаж Специфіка виконання масажу при травмах ОРА 4 2 30	5 балів	Березень
Контрольна робота	Практичні заняття Самостійна робота	4,6,8, 14, 34	Запитання тем 1-3 2 20	5 балів	травень
7. Система оцінювання курсу					
Загальна система оцінювання курсу	<p>Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контроль знань. Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах.</p> <p>Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля.</p> <p>Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, вміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у робочій навчальній</p>				

	<p>програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою.</p> <p>Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.</p>
Вимоги до письмової роботи	<p>При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.</p> <p>Якщо студент не склав змістовий модуль з поважних причин, які підтвержені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).</p>
Практичні заняття	<p>Відповідь студента на практичному занятті оцінюється за 4-бальною системою:</p> <p><i>5 балів</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.</p> <p><i>4 бали</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.</p> <p><i>3 бали</i> – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.</p> <p><i>2 бали</i> – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Допуск до іспиту становить мінімум 25 балів, максимум 50 балів; бал за складання іспиту (підсумковий контроль) становить максимум 50 балів.</p>
8. Політика курсу	

- Студент повинен вчасно приходити на заняття. Викладач може не допустити студента до заняття, якщо він/вона спізнився без поважної причини.
- У випадку пропуску 5 чи більше практичних занять без поважної причини, студент може бути не допущений до підсумкового контролю (екзамену), або його/її підсумкова оцінка буде знижена;
- Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю;
- Студент має брати активну участь на практичних заняттях;
- Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях;
- Студент на свій вибір має зробити переклад 5 різножанрових текстів, що виносяться на індивідуальну роботу;
- Студент може відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю;
- Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань.
- У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів.
- Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету;
- Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.

9. Рекомендована література

1. Апанасенко Г.Л. Спорт для всех и новая феноменология здоровья / Г.Л. Апанасенко // Физкультура в профилактике, лечении реабилитации. – 2004. - № 3. – С. 20 – 21.
2. Артериальная гипертензия в детском возрасте – почти не замечаемая проблема. Часть I. Диагностика // Новые медицинские технологии. – 2005. - № 3. – С. 8 – 12.
3. Белова А.Н. Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации: Руководство для врачей и научных работников / Под ред. А.Н. Беловой, О.Н. Шепетовой. - М: Антидор, 2002. – 440 с.
4. Вест С.Дж. Секреты ревматологии / С.Дж. Вест. - СПб: Бином. - Невский диалект, 1999. - 768 с.
5. Внутрішні хвороби. У 2-х томах / За ред. Л.В. Глушка. — Івано-Франківськ, 2004. – 751 с.
6. Гребенев А.Л. Основы общего ухода за больными / А.Л. Гребенев, А.А. Шептулин. - М. Медицина, 1991. – 255 с.
7. Григор'єв П.Я. Хвороби органів травлення (діагностика, лікування) / П.Я. Григор'єв, Є.М. Стародуб, Е.П. Яковенко. - Тернопіль. Укрмедкнига, 2000. – 448 с.
8. Демченко О.К. Медсестринство в терапії. - К.: Здоров'я, 2001. – 333 с.
9. Заболевания сердца и реабилитация / Под ред. М. Поллака, Д.Х. Шмидта. - К.: Олимпийская литература, 2003. – 320 с.
10. Затурофф М. Симптомы внутренних болезней / М. Затурофф. – М. Практика, 1997. – 436 с.
11. Івасик Наталія. Фізична реабілітація при порушенні діяльності органів дихання / Н. Івасик. - Львів, 2007. – 166 с.
12. Кушаковский М.С. Аритмии и блокады сердца (атлас электрокардиограмм) / М.С. Кушаковский, Н.Б. Журавлева. – СПб ИКФ «Фолиант», 1999. – 416 с.
13. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда. - Советский спорт. - М., 2004. – 240 с.
14. Лікувальна фізична культура / За ред. В.М. Запорожана. – Одеса. Одеський державний медичний університет - 234 с.
15. Медицинская реабилитация / Под ред. В.А. Епифанова. – М. МЕДпресс-информ, 2005. – 328 с.

16. Медичні маніпуляції / За ред. Л.С. Білика. – Тернопіль. Укрмедкнига, 2000. – 256 с.
17. Медсестринство в терапії / За ред. М.І. Шведа та Н.В. Пасечка. - Тернопіль: Укрмедкнига, 2004. – 545 с.
18. Мурашко В.В. Общий уход за больными / В.В. Мурашко, Е.Г. Шуганов, А.В. Панченко. - М. Медицина, 1988. – 224 с.
19. Мурашко В.В., Струтынский А.В. Электрокардиография / В.В. Мурашко, А.В. Струтынский. - М. МЕДпресс, 1998. – 312 с.
20. Мухін В.М. Фізична реабілітація / В.М. Мухін. – К. Олімпійська література, 2005. – 470 с.
21. Нейко С.М. Практикум з основ електрокардіографії / С.М. Нейко, І.П. Вакалюк, Н.М. Середюк. – Івано-Франківськ, 1997. – 50 с.
22. Основи догляду в домашніх умовах / За ред. І.Г. Усиченка, А.В. Царенка, С.А. Місяка. - Тернопіль: Укрмедкнига, 2000. – 372 с.
23. Профілактично-лікувальне харчування при хворобах системи кровообігу / Під ред.. В.М. Коваленка, В.М. Корнацького. – К. 2006. – 93 с.
24. Реабилитация кардиологических больных / Под ред. К.В. Лядова, В.Н. Преображенского. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2005. – 288 с.
25. Сергєєв В.М. Дієтологія / В.М. Сергєєв, Н.В. Сергєєва, В.М. Кушзьменко, В.В. Пасічник. – Луцьк, 2009. – 184 с.
26. Сестринська справа / За ред. М.Г. Шевчука. - К.: Здоров'я, 1992. – 494 с.
27. Струтынский А.В. Основы семиотики заболеваний внутренних органов / А.В. Струтынский, А.П. Баранов, Г.Е. Ройтберг, Ю.П. Гапоненков. - М. МЕДпресс-информ, 2006. – 298 с.
28. Физическая реабилитация / Под ред. С.Н. Попова. – Ростов-на-Дону.
29. Феникс. – 603 с.
30. Шедов В.В. Курс пропедевтики внутренних болезней в схемах и таблицах / В.В. Шедов, И.И. Шапошник. – Челябинск, 1995 – 377 с.
31. Шпектор А.В. Кардиология: ключи к диагнозу / А.В. Шпектор, Е.Ю. Васильева. - М. Видар, 1996. – 335 с.
32. Яворский О.Г. Пропедевтика внутренних болезней в вопросах и ответах / О.Г. Яворский, Л.В. Ющик. - К. Здоров'я, 2003. – 300 с.
33. Яровой В.К. Методы исследования в физической реабилитации / В.К. Яровой. – Севастополь: ООО «РИБЭСТ», 2006. – 180 с.

Викладач: Р.Я. Богославец