

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
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»

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії
Протокол № 1 від “28” серпня 2023 р.

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Класичний та лікувальний масаж
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Галузь знань	22 Охороно здоров'я
Освітній рівень	Бакалавр
Статус дисципліни	вибіркова
Курс / семестр	IV/7
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	6 семестр: Лекції – 10 год. Лабораторні заняття – 20 год. Самостійна робота – 60 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Опис дисципліни

Мета та цілі дисципліни
Формувати знання та вміння, необхідні для успішної практичної діяльності в галузі фізичної терапії, ерготерапії; ознайомлення студентів з базовими знаннями щодо використання масажу в оздоровчій та лікувальній практиці й навчити техніці прийомів класичного масажу та методикам їх виконання, формування у студентів теоретичних знань та отримання практичних навичок з організації та проведення процедур лікувального, реабілітаційного масажу та мануальної терапії при різних патологічних станах. Набуття студентами знань, умінь і здатностей (компетентностей) вирішувати завдання професійної діяльності з використанням основних прийомів лікувального масажу та мануальної терапії у сучасних реабілітаційних технологіях. Ознайомити студентів з поняттям масажу, його формами, видами та класифікацією; сприяти засвоєнню сучасних знань щодо гігієнічного, фізіологічного та медико-біологічного аспектів класичного масажу. Сприяти засвоєнню критеріїв оцінки ефективності масажу. Сформувати навички з діагностики функціонального стану пацієнта. Сприяти опануванню техніки виконання основних та допоміжних прийомів масажу відповідно до зон впливу, індивідуальних особливостей пацієнта. Сформувати навички з проведення методики місцевого і загального оздоровчого масажу та самомасажу
Компетентності
ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії. СК 04. Здатність враховувати медичні, психологопедагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії. СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби,

обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання програми фізичної терапії та ерготерапії.

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

Програмні результати навчання

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

ПР 11. Здійснювати заходи ерготерапії для ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмежень активності та участі в діяльності.

ПР 18. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

3. Структура курсу

№	Тема	Результати навчання	Завдання
5 СЕМЕСТР			
1.	Тема 1. Фізіологічне обґрунтування застосування спортивного масажу	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. Покази та протипокази до спортивного масажу	Практичні навички виконання класичного масажу. Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
2.	Тема 2. Види спортивного масажу	Визначення поняття загального та місцевого спортивного масажу, особливості їх проведення. Тренувальний масаж Визначення періодів проведення масажу Мобілізаційний масаж Розминачний масаж Збуджуючий масаж Зігріваючий масаж Відновний масаж Реабілітаційний масаж Самомасаж	Практичні навички виконання основних прийомів масажу. Виконання тестових завдань з вивченої теми,
3.	Тема 3. Методика проведення спортивного масажу в спортивних іграх	Визначення поняття спортивних ігор. Специфіка масажу для баскетболістів та волейболістів. Специфіка масажу для тенісистів та бадмінтоністів	Практичні навички з проведення місцевого масажу. Виконання тестових завдань з вивченої теми,

		Специфіка масажу для футболістів	Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
4.	Тема 4. Спортивний масаж в гімнастиці, акробатиці та важкій атлетиці.	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.	Практичні навички проведення загального масажу. Виконання тестових завдань з вивченої теми,
5.	Тема 5. Методика проведення масажу в циклічних видах спорту.	Особливості виконання масажу у легкій атлетиці. Специфіка виконання спортивного масажу у бігових видах спорту. Особливості виконання масажу ноги, згідно м'язових груп Масаж суглобів.	Практичні навички проведення самомасажу. Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи

4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичні навички	40
Самостійна робота	5
Опитування	5
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу (відносна вага)

Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	Екзамен	Разом
40	5	5	50	100
- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою. - По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,4, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 40 балів. - Оцінювання за екзамен відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,5. - Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної				

суми балів за роботу на парах (максимально – 40 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів), оцінки за знання термінології (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал може скласти 5 балів) і оцінки, отриманої за екзамен (максимальний бал – 50 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.

- 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.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
- Оцінка за іспит формується із суми відповідей студентів на 3 основні запитання та 2 додаткові (по 10 балів за кожне запитання), або, за вимогою – на основі результатів тестування (максимальна оцінка за тести – 50 балів)

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – 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.
- *70-89 балів* – 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.
- *50-69 балів* – 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.

- *Менше 50 балів* – 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.

6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), таблиці та інше.
Література:	
Основна література: 1. Бирюков АА Массаж: Учебник для институтов физической культуры. К.: Олимпийская литература. 2003.255с. Основна література: 2. Вакуленко В.Д. Лікувально-реабілітаційний масаж / Дмитро Вакуленко, Людмила Вакуленко, Оксана Кутакова, Галина Прилуцька. Київ: Медицина. 2020 – 592с. 3. Вакуленко Л.О. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко; за заг.ред. Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчука. - Тернопіль: ТДМУ, 2018. – 372с. 4. Єфіменко П.Б. Масаж дорослих і дітей: навчальний посібник / П.Б. Єфіменко, О.П. Каніщева, О.В. Сверчкова. Київ: Медицина. 2023 – 215с. 5. Сальво Масажна терапія: принципи і практика: підручник 7-е видання / Сьюзен Г. Сальво. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. – 872с. 6. Штефко П, Ковальчук НВ Масаж: Теорія і практика. К.: Молодь, 2003. 203с. Додаткова література: 1. Вакуленко Д.В. Атлас масажиста. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2005. – 306с. 2. Дарійчук С.В. Основи масажу та самомасажу: навч. метод. посіб. / укл. С.В. Дарійчук. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2018. –184 с. 3. Корольчук А.П. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту / А.П. Корольчук, А.С. Сулима – Вінниця: 2018. – 124 с. 4. Філак Я.Ф., Філак Ф. Г. Масаж і нетрадиційний масаж: підручник / Я.Ф.Філак, Ф.Г. Філак - Ужгород. - 2015. - 418 с.	

7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра фізичної терапії, ерготерапії м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 226 тел. (0342) 59-60-20 https://kfte.pnu.edu.ua kfte@pnu.edu.ua
Викладач	асист. Дідоха Іванна Володимирівна
Контактна інформація викладача	+380986542580 ivanna.didokha@pnu.edu.ua

8. Політика навчальної дисципліни	
Академічна доброчесність	Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету: ➤ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”. Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/
Пропуски занять (відпрацювання)	Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) (див. стор. 4.). Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 4-5. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Невідповідна поведінка під час заняття	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» - ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Додаткові бали	Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі

	виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу. Також за рішенням кафедри спортивно-педагогічних дисциплін студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали <u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ «Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3.</u>
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <u>«Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019)</u> - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

Викладач: Дідоха Іванна Володимирівна