



Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет
Кафедра біології, здоров'я людини та фізичної терапії

Назва дисципліни	Нетрадиційні методи масажу
Освітня програма	227 Терапія та реабілітація
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	3,0 кредитів / 90 годин
Вид підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Викладач (і) Прізвище, ім'я, по батькові	Ст. в. Серган Є.О.
Профайл викладача (ів) на сайті кафедри, соцмережі	http://kbfm-rshu.org.ua/
Е-mail викладача:	kb@rshu.edu.ua
Посилання на освітній контент дисципліни	http://kbfm-rshu.org.ua/
Консультації	<i>Очні консультації:</i> розклад присутності на кафедрі згідно з графіком консультацій

Мета і завдання навчальної дисципліни

Мета предмету "Нетрадиційні методи масажу" полягає в тому, щоб надати студентам теоретичні знання та практичні навички щодо застосування нетрадиційних методів масажу як засобу профілактики, реабілітації та оздоровлення організму; сформувати уявлення про різні підходи до масажу, що базуються на традиціях східної медицини та альтернативних системах оздоровлення.

Завдання предмету:

1. Ознайомити студентів із класифікацією та принципами дії нетрадиційних методів масажу (рефлексотерапія, акупресура, шиацу, тайський масаж, стоунтерапія тощо).
2. Вивчити основи філософії та теорії східної медицини, на яких ґрунтуються ці методи.
3. Навчити студентів базовим прийомам і технікам виконання різних видів нетрадиційного масажу.
4. Формувати вміння аналізувати показання та протипоказання до застосування альтернативних методик масажу.
5. Розвивати професійне мислення, навички індивідуального підходу до клієнта, а також здатність інтегрувати нетрадиційні методи в загальну систему масажної терапії.
6. Сприяти усвідомленню ролі нетрадиційних масажних технік у збереженні та зміцненні здоров'я.

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Вступ до дисципліни

1. Поняття про нетрадиційні методи масажу: визначення, класифікація.
2. Історичний розвиток нетрадиційних масажних технік у світі.
3. Значення альтернативних масажних методів у сучасній реабілітології та wellness-індустрії.

Тема 2. Основи традиційних систем оздоровлення

1. Основи східної медицини (китайської, індійської, тибетської).
2. Теорія енергетичних каналів (меридіанів) і точок.
3. Поняття про енергію Ці/Кі/Прана та її роль у здоров'ї людини.
4. Принципи балансу "Інь" і "Ян", "Дóша", "Чакри" тощо.

Тема 3. Рефлексотерапія та акупресура

1. Біологічно активні точки (БАТ): розташування, вплив.
2. Техніки точкового масажу (акупресури).
3. Показання і протипоказання до застосування.

Тема 4. Китайський масаж «Туї-на»

1. Теоретичні основи та техніки виконання.
2. Вплив на органи та системи організму.
3. Особливості діагностики в традиційній китайській медицині.

Тема 5. Японський масаж Шиацу

1. Принципи і техніка виконання.
2. Вплив на фізіологічні та емоційні стани.
3. Диференціація шиацу від класичного масажу.

Тема 6. Тайський масаж

1. Основи тайської медицини.
2. Техніки: натискання, розтягування, мобілізація суглобів.
3. Положення тіла, схема енергетичних ліній «Сен».

Тема 7. Стоунтерапія (масаж гарячими каменями)

1. Терапевтичний ефект температури та мінералів.
2. Техніка проведення масажу з використанням каміння.
3. Комбінування зі звичайними масажними методами.

Тема 8. Аромамасаж і використання ефірних олій

1. Основи ароматерапії.
2. Підбір ефірних олій відповідно до потреб клієнта.
3. Техніки масажу з ароматичними маслами.

Тема 9. Баночний масаж і гуаша

1. Принципи дії вакуумного масажу.
2. Гуаша — техніка скребкового масажу: механізм, ефекти.
3. Особливості застосування у профілактиці застійних процесів.

Тема 10. Інтеграція нетрадиційних методів у сучасну практику

1. Порівняльний аналіз методик.
2. Комбінування з класичним та спортивним масажем.
3. Етичні та професійні аспекти застосування нетрадиційних методів.

Тема 11. Показання і протипоказання до використання нетрадиційних масажних методик

1. Аналіз загальних протипоказань.
2. Особливості вибору методики залежно від стану пацієнта.
3. Ризики та правила безпеки.

Тема 12. Практичні заняття та відпрацювання технік

1. Вивчення технік під керівництвом викладача.
2. Самостійна робота в парах.
3. Аналіз ефективності проведеного масажу.