

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту  
Кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології

  
“ЗАТВЕРДЖУЮ”  
Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи  
О.Б. Жильцов  
« 11 » \_\_\_\_\_ 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Східний масаж**

Для студентів

Спеціальності: 227 - Фізична терапія, ерготерапія  
Освітнього рівня: перший (бакалаврський)  
Освітньої програми: Фізична терапія, ерготерапія  
Спеціалізації:

Київ - 2019

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02136554 Начальник відділу моніторингу якості освіти
Програма № <u>0559/19</u>
<u>Жильцов</u> (підпис) (прізвище, ініціали)
« _____ » 20 <u>19</u> р.

**Розробники:**

Харченко Г.Д., к.н.ф.в.с., доцент кафедри, кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології.

**Викладачі:**

Харченко Г.Д., к.н.ф.в.с., доцент кафедри, кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології,

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології

Протокол від 10.09.2019 р. № 2

Завідувач кафедри  (В.М.Савченко)  
(підпис)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої (професійної/наукової) програми (керівником проектної групи) «227 Фізична терапія, ерготерапія» \_\_\_\_\_.2019 р.

Гарант освітньої (професійної/наукової) програми  (М.Ф. Хорошуха)  
(керівник проектної групи) \_\_\_\_\_ (підпис)

Робочу програму перевірено  
\_\_\_\_\_2019 р.

Заступник директора/декана  (О.С. Комоцька)  
(підпис)

Проланговано :

На 20\_\_/20\_\_ н.р \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) . «\_\_»\_\_20\_\_ р., протокол №\_\_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) . «\_\_»\_\_20\_\_ р., протокол №\_\_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) . «\_\_»\_\_20\_\_ р., протокол №\_\_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) . «\_\_»\_\_20\_\_ р., протокол №\_\_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) . «\_\_»\_\_20\_\_ р., протокол №\_\_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	Денна	Заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	4/120	
Курс	3	
Семестр	5	
Кількість модулів	4	
Обсяг кредитів	4	
Обсяг годин, в тому числі:	120	
Аудиторні	56	
Модульний контроль	8	
Семестровий контроль	-	
Самостійна робота	56	
Форма семестрового контролю	залік	

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета дисципліни** – ознайомити і сформувати професійні знання, вміння та навички щодо використання східного та точкового масажу в оздоровчій, спортивній та клінічній практиці.

### Завдання дисципліни:

1. Ознайомити студентів з поняттям східного та точкового масажу, його формами, видами та класифікацією; сприяти засвоєнню сучасних знань щодо аспектів східного масажу та точкового масажу.
2. Ознайомити студентів з поняттям лінійного масажу по меридіанам, його видами, прийомами та класифікацією.
3. Сприяти засвоєнню критеріїв оцінки ефективності східного та точкового масажу.
4. Сформувати навички з діагностики функціонального стану пацієнта.
5. Сприяти опануванню техніки виконання основних та допоміжних прийомів масажу східного та точкового відповідно до зон впливу, індивідуальних особливостей пацієнта.
6. Сформувати навички з проведення методики місцевого і загального точкового самомасажу.
7. Оволодіти методикою підбору різних методів східного та точкового масажу для конкретного хворого.
8. Засвоїти особливості організації, планування, проведення та контролю курсу масажних процедур.
9. Внаслідок вивчення східного та точкового масажу сформувати знання, вміння і практичні навички по проведенню точкового масажу, в залежності від виду захворювання, основних прийомів східного масажу.

10. Внаслідок вивчення дисципліни «Східний та точковий масаж» студенти повинні засвоїти сучасні підходи до реабілітації хворих з різними захворюваннями та травмами, придбати практичні навички й уміння в застосуванні різноманітних методик місцевого, загального та східного та точкового масажу і оцінки ефективності застосованих заходів.

### 3. Результати навчання за дисципліною

1. Здатність продемонструвати техніку виконання основних та допоміжних прийомів східного та точкового масажу з урахуванням ділянки тіла та індивідуальних особливостей клієнта.

2. Уміння виконувати точковий самомасаж та надавати рекомендації щодо його проведення іншою особою.

3. Знать мету та задачі дисципліни «Східний та точковий масаж».

4. Здатність застосувати теоретичні знання основ масажу східного та точкового, фізіологічний вплив прийомів точкового масажу на різні системи організму.

1. Здатність визначати показання і протипоказання прийомів східного та точкового масажу на різні системи організму.

2. Володіти технікою східного та точкового масажу.

3. Знати послідовність виконання прийомів східного та точкового масажу на різних ділянках тіла.

4. Здатність виконання методики східного та точкового масажу в залежності від мети, та ін..

7. Здатність вивчати та аналізувати результати сучасних наукових досліджень та передового педагогічного досвіду.

### 4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>Змістовий модуль 1. Основи східного та точкового масажу.</b>							
Тема 1. Теоретичні засади східного та точкового масажу. Історія розвитку масажу.	4	2					2
Тема 2. Види прийомів східного масажу.	4			2			2
Тема 3. Техніка прийомів східного масажу на спині та методика виконання.	4			2			2

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Тема 4. Техніка прийомів східного масажу на кінцівках та методика виконання.	4			2			2
Тема 5. Техніка прийомів точкового масажу та методика їх виконання.	4			2			2
Тема 6. Техніка прийомів точкового масажу Шиацу на обличчі та методика їх виконання	4			2			2
Тема 7. Методи визначення точок (БАТ).	4			2			2
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>30</b>	<b>2</b>		<b>12</b>			<b>14</b>
<b>Змістовий модуль 2. Баночний масаж</b>							
Тема 8. Баночний масаж. Показання та протипоказання.	4	2					2
Тема 9. Баночний масаж комірцевої ділянки. Оволодіння навичками виконання.	4			2			2
Тема 10. Баночний масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання.	4			2			2
Тема 11. Баночний масаж верхньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.	4			2			2
Тема 12. Баночний масаж нижньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.	4			2			2
Тема 13. Баночний масаж обличчя та живота. Оволодіння навичками виконання.	4			2			2
Тема 14. Магнітні акупунктурні банки НАСІ та методика їх виконання.	4			2			2
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>30</b>	<b>2</b>		<b>12</b>			<b>14</b>
<b>Змістовий модуль 3. Поняття про меридіани. Основні точки меридіанного масажу.</b>							
Тема 15. Поняття про меридіани. Види меридіанів, активність меридіанів протягом доби.	4	2					2
Тема 16. Меридіан легенів (І, Р) Шоу-тай-інь-фей-цзин. Основні біологічні активні точки.	4			2			2

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Тема 17. Меридіан товстої кишки (II, GI) Шоу-янь-мін-да-чан-цзи Основні біологічні активні точки.	4			2			2
Тема 18. Меридіан шлунка (III, E) Цзу-янь-мін-вей-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану.	4			2			2
Тема 19. Меридіан селезінки і підшлункової залози (IV, RP) Цзу-тай-ін-пі-цзин. Основні БАТ.	4			2			2
Тема 20. Меридіан серця (V, C) Шоу-шао-ін-синь-цзин. Основні БАТ.	4			2			2
Тема 21. Меридіан тонкої кишки (VI, IG) Шоу-тай-ян-сяо-чан-цзин. Основні БАТ	4			2			2
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>30</b>	<b>2</b>		<b>12</b>			<b>14</b>
<b>Змістовий модуль 4. Вчення про меридіани. Лінійний масаж.</b>							
Тема 22. Поняття про лінійний масаж.	4			2			2
Тема 23. Меридіан сечового міхура (VII, V) Цзу-тай-ян-пан-гуан-цзин. Лінійний масаж..	4			2			2
Тема 24. Меридіан нирок (VIII, R) Цзу-шао-ін-шень-цзин. Лінійний масаж.	4			2			2
Тема 25. Меридіан перикарда (IX, MC) Шоу-цзюе-ін-синь-бао-ло-цзин. Лінійний масаж.	4			2			2
Тема 26. Меридіан трьох обігрівачів (X, TR) Шоу-шао-ян-сань-цзяо-цзин. Лінійний масаж	4			2			2
Тема 27. Меридіан жовчного міхура (XI, VB) Цзу-шао-ян-дань-цзин. Лінійний масаж.	4			2			2
Тема 28. Меридіан печінки (XII, F) Цзу-цзюе-ін-гань-цзин Лінійний масаж.	4			2			2
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>30</b>			<b>14</b>			<b>14</b>
<b>УСЬОГО</b>	<b>120</b>	<b>6</b>		<b>50</b>			<b>56</b>

## **5. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1. Основи східного та точкового масажу.**

**Лекція 1.** Теоретичні засади східного та точкового масажу. Історія розвитку масажу.

Основні питання / ключові слова: Короткі історичні відомості про зародження та розвиток східного та точкового масажу як самостійної дисципліни та методу профілактики і лікування, та довголіття.

Гігієнічні основи масажу: обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта; гігієнічні вимоги до масажиста; догляд за руками масажиста.

#### **Практичне заняття 1.** Види прийомів східного масажу.

Основні питання / ключові слова: Техніка прийомів та види східного масажу. Особливості фізіологічної дії. Методика виконання на різних частинах тіла.

#### *Рекомендована література*

1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционный индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

**Практичне заняття 2.** Техніка прийомів східного масажу на спині та методика виконання.

Основні питання / ключові слова: Техніка прийомів східного масажу та методика виконання на спині. Особливості фізіологічної дії. Оволодіння навичками виконання.

#### *Рекомендована література*

1. Женгвей ВуТрадиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.

6. Коваль Д. Целительные точки нашего тела. Практический атлас / Д. Коваль. – М. : АСТ, 2010. – 160 с.

**Практичне заняття 3.** Техніка прийомів східного масажу на кінцівках та методика виконання.

Основні питання / ключові слова: Техніка прийомів східного масажу на кінцівках та методика виконання.

Особливості фізіологічної дії. Види розминання східного масажу. Оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов. – М.: Издательство «Книжковый клуб «Клуб Семейного дозвілья», 2015.- 512 с.
2. Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине /Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.
3. Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.
4. Селиванов В.С. Все о восточном масаже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.
5. Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.
6. Ханников А.А. Восточный массаж /А.А. Ханников. – М. : «Современная школа», 2006.- 440 с.

**Практичне заняття 4.** Техніка прийомів точкового масажу та методика їх виконання

Основні питання / ключові слова: Техніка прийомів та види точкового масажу. Особливості фізіологічної дії. Методика й техніка виконання на різних ділянках тіла (м'язах, фасціях, сухожилках, суглобах). Оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Циннань Ц., Даоцин Л. Традиционные китайские практики оздоровления /Ц. Циннань, Л. Даоцин. - Минск : «Попурри», 2009.- 400 с.
2. Циншань Ци Терапия ступней при распространенных заболеваниях. Традиционные китайские медицинские практики / Ци Циншань, Ли Цзе. - М. : АСТ : Астрель, 2007. – 192 с.
3. Чжу-Лянь. Руководство по современной чжень-цзю терапии / Чжу-Лянь — М. : Госмедиздат, 1959. — 270 с.
4. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.
5. Фокін В. Современный курс массажа / В. Фокін. – М. : ФАИР, 2010. – 624 с.

**Практичне заняття 5.** Техніка прийомів точкового масажу Шиаци на обличчі та методика їх виконання

Основні питання / ключові слова: Прийоми точкового масажу. Фізіологічна дія. Види (постукування, обертання). Методичні вказівки.

*Рекомендована література*



1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционные индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

### **Практичне заняття 6.** Методи визначення точок (БАТ).

Основні питання / ключові слова: визначення точок (БАТ). Методичні вказівки. Оволодіння навичками та методика виконання.

#### *Рекомендована література*

1. Женгвей Ву Традиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.
6. Коваль Д. Целительные точки нашего тела. Практический атлас / Д. Коваль. – М. : АСТ, 2010. – 160 с.

### **Змістовий модуль 2. Баночний масаж.**

#### **Лекція 2.** Баночний масаж. Показання та протипоказання.

Основні питання / ключові слова: Короткі історичні відомості про зародження та розвиток баночного масажу як самостійної дисципліни та методу профілактики і лікування, та довголіття.

Гігієнічні основи масажу: обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури баночного масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта; гігієнічні вимоги до масажиста; догляд за банками та руками масажиста.

**Практичне заняття 7.** Баночний масаж комірцевої ділянки. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Методика баночного масажу комірцевої ділянки. Оволодіння навичками виконання.

#### *Рекомендована література*

1. Васічкін В. Большой справочник по массажу / В. Васічкін – СПб : АСТ, 2013. – 416 с.
2. Єфіменко П.Б. Техніка та методика класичного масажу : навч.

посібник / П.Б. Єфіменко – Харків : «ОВС», 2007. – 216 с.

3. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині : підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – К. : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

4. Фокін В. Полный курс массажа / В. Фокін. – М. : ФАИР, 2010. – 464 с.

5. Фокін В. Современный курс массажа / В. Фокін. – М. : ФАИР, 2010. – 624 с.

**Практичне заняття 8.** Баночний масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Вихідні положення масажиста й масажованого. Методика баночного масажу спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов Видавництво «Книжковий клуб «Клуб Сімейного дозвілля», 2015.- 512 с.

2. Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине /Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.

3. Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.

4. Селиванов В.С. Все о восточном масаже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.

5. Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.

1. )/ Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.

**Практичне заняття 9.** Баночний масаж верхньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Методика баночного масажу верхньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання. Вихідні положення масажиста й масажованого.

*Рекомендована література*

1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.

2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.

3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.

4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционные индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.

5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

**Практичне заняття 10.** Баночний масаж нижньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Вихідні положення масажиста й масажованого. Методика виконання баночного масажу нижньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Женгвей Ву Традиционный китайский массаж рук и ступней / Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж / Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.

**Практичне заняття 11.** Баночний масаж обличчя та живота. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Вихідні положення масажиста й масажованого. Методика виконання масажу грудної клітки та живота. Оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Коваль Д. Целительные точки нашего тела. Практический атлас / Д. Коваль. – М. : АСТ, 2010. – 160 с.
2. Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов Видавництво «Книжковий клуб «Клуб Сімейного дозвілля», 2015.- 512 с.
3. Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине / Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.
4. Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.
5. Селиванов В.С. Все о восточном массаже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.

**Практичне заняття 12.** Магнітні акупунктурні банкі НАСІ та методика їх виконання.

Основні питання / ключові слова: Магнітні акупунктурні НАСІ, механізм дії.

*Рекомендована література*

1. Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.
2. Ханников А.А. Восточный массаж /А.А. Ханников. – М. : «Современная школа», 2006.- 440 с.
3. Циннань Ц., Даоцин Л. Традиционные китайские практики оздоровления /Ц. Циннань, Л. Даоцин. - Минск : «Попурри», 2009.- 400 с.
4. Циншань Цзи Терапия ступней при распространенных заболеваниях. Традиционные китайские медицинские практики / Цзи Циншань, Ли Цзе. - М. : АСТ : Астрель, 2007. – 192 с.

5. Чжу-Лянь. Руководство по современной чжень-цзю терапии / Чжу-Лянь — М. : Госмедиздат, 1959. — 270 с.
6. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.

### **Змістовий модуль 3. Поняття про меридіани. Основні точки меридіанного масажу.**

**Лекція 3.** Поняття про меридіани. Види меридіанів, активність меридіанів протягом доби.

Основні питання / ключові слова: Види меридіанів. Доба.

Гігієнічні основи масажу: обладнання кабінету масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу по меридіанам; гігієнічні вимоги до пацієнта; гігієнічні вимоги до масажиста; догляд за руками масажиста.

**Практичне заняття 13.** Меридіан легенів (I, P) Шоу-тай-ін-фей-цзин. Основні біологічні активні точки. Оволодіння навичками.

Основні питання / ключові слова: Масаж меридіану легенів (I, P). Оволодіння навичками. Послідовність масажних прийомів та масажованих ділянок тіла, поняття «Цунь».

*Рекомендована література*

1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционные индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

**Практичне заняття 14.** Меридіан товстої кишки (II, GI) Шоу-янь-мін-да-чан-цзи Основні біологічні активні точки. Вихідні положення під час масажу меридіану товстої кишки. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан товстої кишки Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану товстої кишки.

*Рекомендована література*

1. Женгвей ВуТрадиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.

4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.

**Практичне заняття 15.** Меридіан шлунка (Ш, Е) Цзу-янь-мін-вей-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану. Вихідні положення під час масажу меридіану шлунку. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан шлунка. Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану шлунку.

*Рекомендована література*

1. Коваль Д. Целительные точки нашего тела. Практический атлас / Д. Коваль. – М. : АСТ, 2010. – 160 с.
2. Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов Видавництво «Книжковий клуб «Клуб Сімейного дозвілля», 2015.- 512 с.
3. Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине /Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.
4. Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.
5. Селиванов В.С. Все о восточном мас саже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.

**Практичне заняття 16.** Меридіан селезінки і підшлункової залози (IV, RP) Цзу-тай-ін-ь-пі-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану. Вихідні положення під час масажу меридіану селезінки і підшлункової залози. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан селезінки і підшлункової залози. Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану селезінки і підшлункової залози.

*Рекомендована література*

1. Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.
2. Ханников А.А. Восточный массаж /А.А. Ханников. – М. : «Современная школа», 2006.- 440 с.
3. Циннань Ц., Даоцин Л. Традиционные китайские практики оздоровления /Ц. Циннань, Л. Даоцин. - Минск : «Попурри», 2009.- 400 с.
4. Циншань Цзи Терапия ступней при распространенных заболеваниях. Традиционные китайские медицинские практики / Цзи Циншань, Ли Цзе. - М. : АСТ : Астрель, 2007. – 192 с.
5. Чжу-Лянь. Руководство по современной чжень-цзю терапии / Чжу-Лянь — М. : Госмедиздат, 1959. — 270 с.

**Практичне заняття 17.** Меридіан серця (V, С) Шоу-шао-ін-ь-синь-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану серця. Вихідні положення під час масажу меридіану серця. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан серця . Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану серця.

*Рекомендована література*

1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционные индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

**Практичне заняття 18.** Меридіан тонкої кишки (VI, IG) Шоу-тай-ян-сяо-чан-цзин. Лінійний масаж. Основні біологічні активні точки меридіану тонкої кишки. Вихідні положення під час масажу тонкої кишки. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан тонкої кишки. Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану тонкої кишки.

*Рекомендована література*

1. Женгвей Ву Традиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.
6. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.

#### **Змістовий модуль 4. Вчення про меридіани. Лінійний масаж.**

##### **Практичне заняття 19.** Поняття про лінійний масаж.

Основні питання / ключові слова: Місце лінійного масажу в класифікації масажу. Мета масажу в комплексній терапії захворювань і травм. Протипоказання. Патологічні зміни в покривних тканинах та їх значення в побудові методики масажу.

*Рекомендована література*

1. Женгвей Ву Традиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
2. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.

3. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
4. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
5. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.

**Практичне заняття 20.** Меридіан сечового міхура (VII, V) Цзу-тай-ян-пан-гуан-цзин. Лінійний масаж. Основні біологічні активні точки меридіану сечового міхура. Вихідні положення під час масажу сечового міхура. Оволодіння навичками виконання.

Основні питання / ключові слова: Меридіан сечового міхура. Протипоказання, форми та методи. Основні правила масажу меридіану сечового міхура.

*Рекомендована література*

6. Женгвей Ву Традиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
7. Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
8. Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
9. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
10. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.

**Практичне заняття 21.** Меридіан нирок (VIII, R) Цзу-шао-ін-шень-цзин. Лінійний масаж.

Основні питання / ключові слова: Особливості лінійного масажу меридіану нирок. Схема та методика лінійного масажу меридіану нирок, оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов Видавництво «Книжковий клуб «Клуб Сімейного дозвілля», 2015.- 512 с.
2. Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине /Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.
3. Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.
4. Селиванов В.С. Все о восточном массаже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.
5. Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.

**Практичне заняття 23.** Меридіан перикарда (IX, MC) Шоу-цзюе-ін-синь-бао-ло-цзин. Лінійний масаж.

Основні питання / ключові слова: Методичні підходи з лінійного масажу меридіану перикарда (IX, MC) Схема лінійного масажу меридіану перикарду, оволодіння навичками виконання.

*Рекомендована література*

1. Ханников А.А. Восточный массаж /А.А. Ханников. – М. : «Современная школа», 2006.- 440 с.
2. Циннань Ц., Даоцин Л. Традиционные китайские практики оздоровления /Ц. Циннань, Л. Даоцин. - Минск : «Попурри», 2009.- 400 с.
3. Циншань Цзи Терапия ступней при распространенных заболеваниях. Традиционные китайские медицинские практики / Цзи Циншань, Ли Цзе. - М. : АСТ : Астрель, 2007. – 192 с.
4. Чжу-Лянь. Руководство по современной чжень-цзю терапии / Чжу-Лянь — М. : Госмедиздат, 1959. — 270 с.
5. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.

**Практичне заняття 24.** Меридіан трьох обігрівачів (X, TR) Шоу-шао-ян-сань-цзяо-цзин. Лінійний масаж.

Основні питання / ключові слова: Методичні підходи лінійного масажу меридіану трьох обігрівачів.

*Рекомендована література*

1. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлекторного массажа в клинической практике: рефлекторно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
2. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
3. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
4. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционный индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
5. Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.

**Практичне заняття 25.** Меридіан жовчного міхура (XI, VB) Цзу-шао-ян-дань-цзин. Лінійний масаж.

Основні питання / ключові слова: Методики масажу лінійного масажу по меридіану жовчного пузиря.

*Рекомендована література*

1. Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
2. Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.





Робота на практичному занятті	10	6	60	6	60	6	60	7	70
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ									
Разом			97		97		97		107

## 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

Змістовий модуль теми курсу	Академічний контроль	Бали
<b>Змістовий модуль 1. Основи східного та точкового масажу (14 год.)</b>		
1. Теоретичні засади східного та точкового масажу. Історія розвитку масажу (2 год.). 2. Види прийомів східного масажу (2 год.). 3. Техніка прийомів східного масажу на спині та методика виконання. (2 год.). 4. Техніка прийомів східного масажу на кінцівках та методика виконання (2 год.). 5. Техніка прийомів точкового масажу та методика їх виконання (2 год.). 6. Техніка прийомів точкового масажу Шиацу на обличчі та методика їх виконання (2 год.). 7. Методи визначення точок (БАТ) (2 год.).	Поточний	5
<b>Змістовий модуль 2. Баночний масаж (14 год.)</b>		
8. Баночний масаж. Показання та протипоказання (2 год.). 9. Баночний масаж комірцевої ділянки. Оволодіння навичками виконання. (2 год.). 10. Баночний масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання. (2 год.). 11. Баночний масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання (2 год.). 12. Баночний масаж нижньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання (2 год.). 13. Баночний масаж обличчя та живота. Оволодіння навичками виконання (2 год.). 14. Магнітні акупунктурні банки НАСІ та методика їх виконання (2 год.).	Поточний	5
<b>Змістовий модуль 3. Поняття про меридіани. Основні точки меридіанного масажу. (14 год.)</b>		

15. Поняття про меридіани. Види меридіанів, активність меридіанів протягом доби. (2 год.). 16. Меридіан легенів (I, P) Шоу-тай-інф-фей-цзин. Основні біологічні активні точки. (2 год.). 17. Меридіан товстої кишки (II, GI) Шоу-янь-мін-да-чан-цзи Основні біологічні активні точки. (2 год.). 18. Меридіан шлунка (III, E) Цзу-янь-мін-вей-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану. (2 год.). 19. Меридіан селезінки і підшлункової залози (IV, RP) Цзу-тай-інф-пі-цзин. Основні БАТ. (2 год.). 20. Меридіан серця (V, C) Шоу-шао-інф-синь-цзин. Основні БАТ. (2 год.). 21. Меридіан тонкої кишки (VI, IG) Шоу-тай-ян-сяо-чан-цзин. Основні БАТ. (2 год.)	Поточний	5
<b>Змістовий модуль 4. Вчення про меридіани. Лінійний масаж (14 год.)</b>		
22. Поняття про лінійний масаж (2 год.). 23. Меридіан сечового міхура (VII, V) Цзу-тай-ян-пан-гуан-цзин. Лінійний масаж (2 год.). 24. Меридіан нирок (VIII, R) Цзу-шао-інф-шень-цзин. Лінійний масаж (2 год.). 25. Меридіан перикарда (IX, MC) Шоу-цзюе-інф-синь-баоло-цзин. Лінійний масаж (2 год.). 26. Меридіан трьох обігрівачів (X, TR) Шоу-шао-ян-сань-цзяо-цзин. Лінійний масаж (2 год.). 27. Меридіан жовчного міхура (XI, VB) Цзу-шао-ян-дань-цзин. Лінійний масаж (2 год.). 28. Меридіан печінки (XII, F) Цзу-цзюе-інф-гань-цзин. Лінійний масаж (2 год.).	Поточний	5
Всього: 56 годин		30

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- ✓ своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓ повний обсяг їх виконання;
- ✓ якість виконання навчальних завдань;
- ✓ самостійність виконання;
- ✓ творчий підхід у виконанні завдань;
- ✓ ініціативність у навчальній діяльності.

### 6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — модульне письмове тестування.

Критерії оцінювання модульного письмове тестування:

Оцінка	Кількість балів
<b>Відмінно</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	24 - 25

Оцінка	Кількість балів
<b>Дуже добре</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	21 - 23
<b>Добре</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	18 – 20
<b>Задовільно</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	13 – 17
<b>Достатньо</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	10 -13
<b>Незадовільно</b> <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	6 – 9
<b>Незадовільно</b> <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-5

#### 6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — точки контролю залік.

#### 6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

1. Місце східного та точкового масажу в класифікації масажу. Види східного та точкового масажу, прийоми та їх комбінації.
2. Мета східного та точкового масажу в комплексній терапії захворювань і травм. Протипоказання.
3. Сполучення східного та точкового масажу з іншими процедурами.
4. Особливості східного та точкового масажу у залежності від періоду реабілітації та режиму рухової активності.
5. Методика східного та точкового масажу при м'язових атрофіях, суглобових та м'язових контрактурах, стеках, порушеннях цілісності окремих ділянок шкіри.
6. Виконання східного та точкового масажу з різних вихідних положень масажу у залежності від періоду реабілітації та режиму рухової активності.
7. Методи визначення точок (БАТ).
8. Баночний масаж. Показання та протипоказання.
9. Магнітні акупунктурні банки НАСІ та методика їх виконання Масаж при вегето-судинних синдромах, мігрені.
10. Поняття про меридіани. Види меридіанів, активність меридіанів протягом доби..
11. Меридіан легенів (I, P) Шоу-тай-ін-фей-цзин. Основні біологічні активні точки Масаж при закритих травмах м'яких тканин: забитих місцях.
12. Меридіан товстої кишки (II, GI) Шоу-янь-мін-да-чан-цзи Основні біологічні активні точки.
13. Меридіан шлунка (III, E) Цзу-янь-мін-вей-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану.

14. Меридіан селезінки і підшлункової залози (IV, RP) Цзу-тай-іннь-пі-цзин. Основні БАТ.
15. Меридіан серця (V, C) Шоу-шао-іннь-синь-цзин. Основні БАТ.
16. Меридіан тонкої кишки (VI, IG) Шоу-тай-ян-сяо-чан-цзин. Основні БАТ.
17. Поняття про лінійний масаж.
18. Меридіан сечового міхура (VII, V) Цзу-тай-ян-пан-гуан-цзин. Лінійний масаж.
19. Меридіан нирок (VIII, R) Цзу-шао-іннь-шень-цзин. Лінійний масаж.
20. Меридіан перикарда (IX, MC) Шоу-цзюе-іннь-синь-бао-ло-цзин. Лінійний масаж
21. Меридіан трьох обігрівачів (X, TR) Шоу-шао-ян-сань-цзяо-цзин. Лінійний масаж
22. Меридіан жовчного міхура (XI, VB) Цзу-шао-ян-дань-цзин. Лінійний масаж.
23. Меридіан печінки (XII, F) Цзу-цзюе-іннь-гань-цзин Лінійний масаж..
24. Позитивні і негативні сторони апаратного масажу.

#### 6.6. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
<b>Відмінно</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	90-100
<b>Дуже добре</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	82-89
<b>Добре</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	75-81
<b>Задовільно</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	69-74
<b>Достатньо</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	60-68
<b>Незадовільно</b> <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	35-59
<b>Незадовільно</b> <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-34

## 7. Навчально-методична картка дисципліни

Разом: 120 год.: лекції - 6 год., практ. заняття - 50 год., самостійна робота - 56 год., модульн. контроль - 8 год.

Модулі	ЗМ 1. <b>Змістовий модуль 1.Основи східного та точкового масажу.</b> (97 бали)					
Лекції	1					
Теми лекцій	Теоретичні засади східного та точкового масажу. Історія розвитку масажу..					
Лекції, відвід. (бали)	1					
Практичні заняття	1	2	3	4	5	6
Теми практичних занять	Види прийомів східного масажу	Техніка прийомів східного масажу на спині та методика виконання.	Техніка прийомів східного масажу на кінцівках та методика виконання.	Техніка прийомів точкового масажу та методика їх виконання.	Техніка прийомів точкового масажу Шиацу на обличчі та методика їх виконання	Методи визначення точок (БАТ).
Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5					
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №1 (25 балів)					
Підсум. контроль						

Модулі	<b>ЗМ 2. Баночний масаж</b> (97 бали).						
Лекції	2						
Теми лекцій	Баночний масаж. Показання та протипоказання						
Лекції, відвід. (бали)	1						
Практичні заняття	7	8	9	10	11	12	13
Теми практичних занять	Баночний масаж. Показання та протипоказання.	Баночний масаж комірцевої ділянки. Оволодіння навичками виконання.	Баночний масаж спини, ділянки таза та сідничних м'язів. Оволодіння навичками виконання.	Баночний масаж верхньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.	Баночний масаж нижньої кінцівки. Оволодіння навичками виконання.	Баночний масаж обличчя та живота. Оволодіння навичками виконання.	Магнітні акупунктурні банкі НАСІ та методика їх виконання.
Робота на практич. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5						
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №2 (25 балів)						
Підсум. контроль							

Модулі	<b>ЗМ 3. Поняття про меридіани. Основні точки меридіанного масажу.</b> (97 бали).					
Лекції	3					
Теми лекцій	Поняття про меридіани. Види меридіанів, активність меридіанів протягом доби.					
Лекції, відвід. (бали)	1					
Практичні заняття	14	15	16	17	18	19
Теми практичних занять	Меридіан легенів (I, P) Шоу-тай-інь-фей-цзин. Основні біологічні активні точки.	Меридіан товстої кишки (II, GI) Шоу-янь-мін-да-чан-ци Основні біологічні активні точки.	Меридіан шлунка (III, E) Цзу-янь-мін-вей-цзин. Основні біологічні активні точки меридіану.	Меридіан селезінки і підшлункової залози (IV, RP) Цзу-тай-інь-пі-цзин. Основні БАТ.	Меридіан серця (V, C) Шоу-шао-інь-синь-цзин. Основні БАТ.	Меридіан тонкої кишки (VI, IG) Шоу-тай-ян-сяо-чан-цзин. Основні БАТ
Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)	5					
Види пот. контр. (бали)	Мод. контр. робота №3 (25 балів)					
Підсум. контроль						



Модулі	ЗМ 4. Масаж при захворюваннях внутрішніх органів (107 бали)						
Лекції							
Теми лекцій							
Лекції, відвід. (бали)	1						
Практичні заняття	21	20	21	22	23	24	25
Теми практичних занять	Поняття про лінійний масаж.	Меридіан сечового міхура (VII, V) Цзу-тай-ян-пан-гуан-цзин. Лінійний масаж.	Меридіан нирок (VIII, R) Цзу-шао-ін-шень-цзин. Лінійний масаж.	Меридіан перикарда (IX, MC) Шоу-цзюе-ін-синь-бао-ло-цзин. Лінійний масаж.	Меридіан трьох обігрівачів (X, TR) Шоу-шао-ян-сань-цзяо-цзин. Лінійний масаж	Меридіан жовчного міхура (XI, VB) Цзу-шао-ян-дань-цзин. Лінійний масаж.	Меридіан печінки (XII, F) Цзу-цзюе-ін-гань-цзин Лінійний масаж.
Робота на практ. зан.+відвід. (бали)	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самост. роб, (бали)		5					
Види пот. контр. (бали)		Мод. контр. робота №4 (25 балів)					
Підсум. контроль							

## **8. Рекомендовані джерела**

*Основна:*

6. Гольдблат Ю.В. Энциклопедия рефлексорного массажа в клинической практике: рефлексорно-сегментарный, точечный, линейный, зональный /Ю.В. Гольдблат. – СПб. : Наука и Техника, 2007. – 525 с.
7. Гордон Р. Ваши исцеляющие руки. Опыт полярности / Р. Гордон, М.В. Хегай. – М. : АСТ, 2008. - 138 с.
8. Джаогуан Чень Лечебный восточный массаж / Чень Джаогуан. Минск : «Попурри», 2012.- 144 с.
9. Джохари Хариш Аюрведический массаж. Традиционный индийские методы уравнивания тела и разума / Хариш Джохари – М. : ООО Издательство «София», 2008. – 192 с.
- 10.Евдокимов В.И. Точечный массаж – метод управления самочувствием и работоспособностью В.И. Евдокимов, А. Н. Федотов. Тула. : Приокское книжное издательство, 1991. – 96 с.
11. Женгвей ВуТрадиционный китайский массаж рук и ступней /Ву Женгвей, Хао Донгфанг. – М. : АСТ : Астрель, 2008. – 280 с.
- 12.Ибрагимов В.С. Точечный массаж / В.С. Ибрагимов. – М. : Медицина, 1983, 144 с.
- 13.Ильчи Ли Меридианный лечебный массаж /Ли Ильчи. – Минск : «Попурри», 2007.- 288 с.
- 14.Ки шенг Ю Точки жизни. Акупунктурный массаж для снятия боли / Ки Шенг Ю. : Вектор, Санкт-Петербург, 2013. – 64 с.
- 15.Коваль Д. Большая энциклопедия целительных точек от 1000 болезней / Д. Коваль. - М. : АСТ, 2016. – 256 с.
- 16.Коваль Д. Целительные точки нашего тела. Практический атлас / Д. Коваль. – М. : АСТ, 2010. – 160 с.
- 17.Максимов А Целительные точки тела /А. Максимов Видавництво «Книжковий клуб «Клуб Сімейного дозвілля», 2015.- 512 с.
- 18.Пеме Кунга Точечный массаж в тибетской медицине /Пеме Кунга, - Харьков : «Ритм Плюс», 2007. – 79 с.
- 19.Полярная Наталья Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная. – Изд-во «Эксмо, Бомпора». – 2016. – 64 с.
- 20.Селиванов В.С. Все о восточном массаже / В.С. Селиванов. — М. : Астрель, 2003. — 254 с.
- 21.Усакова Н.А. Точечный массаж для начинающих / Н.А. Усакова. – М. : Спорт, 2018. – 112 с.
- 22.Ханников А.А. Восточный массаж /А.А. Ханников. – М. : «Современная школа», 2006.- 440 с.

23. Циннань Ц., Даоцин Л. Традиционные китайские практики оздоровления / Ц. Циннань, Л. Даоцин. - Минск : «Попурри», 2009. - 400 с.
24. Циншань Цзи Терапия ступней при распространенных заболеваниях. Традиционные китайские медицинские практики / Цзи Циншань, Ли Цзе. - М. : АСТ : Астрель, 2007. - 192 с.
25. Чжу-Лянь. Руководство по современной чжень-цзю терапии / Чжу-Лянь — М. : Госмедиздат, 1959. — 270 с.
26. Яроцкая Э.П., Федоренко Н.А. Точечный массаж и иглотерапия (Медицинский атлас) / Э.П. Яроцкая, Н.А. Федоренко — М. : Эксмо, 2009. — 336 с.
27. Пак Чжэ Ву Атлас энергетической системы тела человека / Пак Чжэ Ву. - М. : «Су Джок Академия», 2000. - 446 с.

*Додаткова:*

1. Штеренгерц А.Е. Массаж для взрослых и детей / А. Е. Штеренгерц, И.А. — Киев, 1996.
2. Глезер О., Далихо. В.А. Сегментарный массаж / О. Глезер, В.А. Далих. - ВЛАДОС, 2002.- 354 с.
3. Пак Чжэ Ву Су Джок терапия Т 1 / Пак Чжэ Ву. - М. : «Су Джок Академия», 1999. - 318 с.
4. Пак Чжэ Ву Су Джок терапия Т 2 / Пак Чжэ Ву - М. : «Су Джок Академия», 1999. - 332 с.
5. Пак Чжэ Ву Пальцетерапия / Пак Чжэ Ву - М. : «Су Джок Академия», 1999. - 332 с.
6. Пак Чжэ Ву Сам себе Су Джок / Пак Чжэ Ву - М. : «Су Джок Академия», 2003. - 156 с.
7. Пак Чжэ Ву Су Джок для всех / Пак Чжэ Ву - М. : «Су Джок Академия», 1996. - 102 с.
8. Пак Чжэ Ву Су Джок семянотерапия / Пак Чжэ Ву - М. : «Су Джок Академия», 2004. - 76 с.
9. Пак Чжэ Ву Су Триначальная хронопунктура / Пак Чжэ Ву - М. : «Академия Улыбки», 2009. - 127 с.

**Додаткові ресурси**

1. <http://medmassages.ru/priemi/1099-priem-rastiranie-i-ego-dejstvie-na-organizm.html>
2. <http://krasivovnorme.ru/masazh/1374-tochkovij-masazh-sekretni-tochki-nashogo-organizmu.html>
3. [www.casada.ru/article\\_318.htm](http://www.casada.ru/article_318.htm)
4. [doctorhelp.ru/info/2726.html](http://doctorhelp.ru/info/2726.html)
5. [handmassage.ru/lesson/rastiranie](http://handmassage.ru/lesson/rastiranie)
6. [fly-massage.narod.ru/m/4/4.html](http://fly-massage.narod.ru/m/4/4.html)
7. [www.rusmedserv.com/massage/book/rast.html](http://www.rusmedserv.com/massage/book/rast.html)
8. [www.kid.ru/masaz/part\\_02.php3](http://www.kid.ru/masaz/part_02.php3)
9. [www.massage.ru/Rastiranie.php](http://www.massage.ru/Rastiranie.php)

10. [masagi.com.ua/vid/clasik/print:page,1,57-rastiranie.html](http://masagi.com.ua/vid/clasik/print:page,1,57-rastiranie.html)
11. [www.inmoment.ru/beauty/massage/massage-rastiranie.html](http://www.inmoment.ru/beauty/massage/massage-rastiranie.html)
12. [www.medmas.ru](http://www.medmas.ru) › Техника массажа
13. [www.zdorovih.net/modules.php?name=Articles&pa...articles...](http://www.zdorovih.net/modules.php?name=Articles&pa...articles...)
14. [www.pitermassage.ru/page\\_pm.php](http://www.pitermassage.ru/page_pm.php)
15. [kindermassage.ru/priemymassaga/.../534-fiziologicheskoe-vozdejstvi...](http://kindermassage.ru/priemymassaga/.../534-fiziologicheskoe-vozdejstvi...)
16. [pro-massazh.ru/](http://pro-massazh.ru/)
17. [www.lechimsya.net/8priemi\\_rastir.html](http://www.lechimsya.net/8priemi_rastir.html)
18. <http://www.nmedik.ru/mas/obs/rastiranie.html>
19. <http://mymassage.ru/book.htm>