

ОРГАНІЗАЦІЯ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ "МАСАЖ" В ІНСТИТУТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

РОМАНА РУДЕНКО

Львівський державний інститут фізичної культури.

Масаж є найважливішим засобом фізичної реабілітації хворих різного профілю, у системі відновлення спортсменів, як метод підтримки і відновлення сил, як засіб збереження і відновлення здоров'я [2, 3, 4]. Цьому сприяє високий потік інформації про його всебічну і ефективну дію на організм людини [2, 4]. Ці питання обговорювались на науково-практичних конференціях ЛДІФК 1995, 1996, 1997, на третій Всеукраїнській конференції, Львів, 1997 р; на міжнародній науково-практичній конференції "Реалізація здорового способу життя - сучасні підходи", м. Дрогобич, ДДПУ, 2001 р.

Важливе значення для розвитку і успішного використання масажу має обґрунтована можливість диференційної дії прийомів масажу при різному функціональному стані і реакціях систем організму.

Разом з тим є багато наукових і практичних питань, вирішення яких сприятиме поліпшенню як теоретичного обґрунтування, так і методика різних видів масажу. Використовуючи результати наукових досліджень, що характеризують окремі аспекти механізму впливу масажу на здоровий і хворий організм, а також узагальнення практичного досвіду з питань застосування масажу як засобу відновлення і реабілітації, розроблено ряд методик його застосування [2, 3]. Вивчення теорії методики масажу має свої корені і традиції [2, 4].

Згідно учбового плану інституту фізичної культури масаж був виділений в окрему дисципліну.

У Львівському державному інституті фізичної культури на вивчення дисципліни "Масаж", на факультеті фізичної реабілітації, згідно нового учбового плану виділено 108 учбових годин. Засвоєння цієї дисципліни заплановано після того, як студенти засвоюють базові і безумовно необхідні предмети; анатомію, фізіологію, біохімію, основи медичних знань, фізичну реабілітацію.

З досвіду викладання дисципліни "Масаж" та методом експертної оцінки був зроблений висновок в необхідності систематизації учбового матеріалу при викладанні даної дисципліни. Виходячи із цього, вивчення масажу проводиться в два етапи; підготовчий і основний.

Задачами підготовчого етапу є засвоєння теоретичних питань масажу, техніки і методики його проведення на всіх ділянках тіла [4, 5]. В лекційному матеріалі були висвітлені наступні теми:

1. Вступ в дисципліну "Масаж"; 2. Системи, форми та методи масажу; 3. Класифікація масажу; 4. Фізіологічні основи масажу; 5. Спортивний масаж в окремих видах спорту; 6. Застосування мазів та розтирок; 7. Банний масаж; 8. Методика застосування самомасажу; 9. Сегментарно-рефлекторний масаж; 10. Масаж при спортивних травмах і деяких захворюваннях пов'язаних із спортом.

При вивченні застосування масажу в окремих видах спорту дається повна методика застосування попереднього, тренувального, відновного масажу.

Методика реабілітаційного масажу вивчається при захворюваннях внутрішніх органів і травмах опорно-рухового апарату, при захворюваннях систем організму [1, 3].

Для самостійного вивчення виділено такі теми:

1. Основні та додаткові прийоми масажу в різних системах масажу;
2. Апаратні методи масажу;
3. Сучасні методи дослідження впливу масажу на стан спортсмена;
4. Основи мануальної терапії;
5. Точковий масаж і застосування його в спортивній практиці;
6. Реабілітаційний масаж в сумісництві з іншими засобами реабілітації.

Заняття за описаною вище методикою оволодіння дисципліною "Масаж" надається студентам-реабілітологам можливість отримати більш фундаментальні і стійкі знання, практичні навички при вивченні дисципліни "Масаж".

ЛІТЕРАТУРА

1. Беляя Н.А. *Руководство по лечебному массажу*. - М., 1983. - 288 с.
2. Бирюков А.А. *Массаж: Учебник для институтов физических культур*. - М.: Физкультура и спорт. 1988. - 254 с.
3. Дубровский В.И. *Применение массажа при травмах и заболеваниях у спортсменов*. - Л.: Медицина, 1986. - 195 с.
4. Руденко Р.Є. *Спортивний масаж. Методичний посібник*. - Львів, 1996. - 103 с.
5. Руденко Р.Є. *Спортивний масаж. Рольова гра. Методична розробка. Рукопис*. - Львів. 1998. - 11 с.

ORGANISATION TEACHING THE SUBJECT MASSAGE IN THE PHYSICAL TRAINING INSTITUTE FOR FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL REHABILITATIONS

ROMANA RUDENKO

L'viv State Institute of Physical Culture

Massage is learnt to the 6th and 7th semesters at the Department of Physical Rehabilitation in the amount of 108 hours (16 hours of lectures, 56 hours of seminars, 36 hours of individual work, a credit).

It is recommended to teach the massage in 2 stages - preparatory and main. The subject of the preparatory stage, the lectures, the seminars; the subject of the main stage are described. The parts for individual learning are set.

ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ДЛЯ ІНВАЛІДНОГО СПОРТУ У ВИЩИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ ПОЛЬЩІ

ТАДЕУШ СКОЛІМОВСЬКИЙ, ЄВГЕН ПРИСТУПА, ЄВГЕНІУШ БОЛАХ

Академія фізичного виховання м.Вроцлав, Польща

Становлення і розвиток інвалідного спорту в останні десятиліття гостро висвітлювали необхідність вирішення комплексу організаційних, науково-методичних, економічних і соціальних проблем. Спорт неповносправних, яких