

Інтенсивний мінікурс підвищення кваліфікації для майстрів дитячого масажу:

## **Масаж, гімнастика та парафіноterapia дітям 1-6 років.**

|    |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 1. | <b>Теоретичний відеоурок №1</b><br><br><b>Тривалість – 1 год 10 хв</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Особливості фізичного та психічного розвитку дітей від 1 до 3 років.</li><li>2. Становлення перших кроків. Вплив стопи на поставу.</li><li>3. Біомеханіка руху.</li><li>4. Особливості фізичного та психічного розвитку дітей від 3 до 6 років.</li><li>5. Візуальний огляд, оцінка розвитку опорно – рухового апарату у дітей.</li><li>6. Критерії нормальної постави.</li><li>7. Елементи загальнозміцнюючої гімнастики.</li></ol> |
| 2. | <b>Теоретичний відеоурок №2</b><br><br><b>Тривалість – 1 год 25 хв</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Додаткові методи в дитячому масажі.</li><li>2. Загартовування дітей. Рекомендації батькам в побуті.</li><li>3. Купання немовлят. Рекомендації для батьків.</li><li>4. Аквагімнастика. (Басейн/ ванна, плюси та мінуси)</li><li>5. Електрофорез.</li><li>6. Кінезіотейпування.</li><li>7. Парафіноterapia. Показання. Техніка та методика виконання.</li></ol>                                                                        |
| 3. | <b>Теоретичний відеоурок №3</b><br><br><b>Тривалість – 55 хв</b>       | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Огляд різних патологій опорно – рухового апарату у дітей.</li><li>2. Плоскостопість. Варусна та вальгусна установка нижніх кінцівок у дітей.</li><li>3. Порушення постави. Види порушень постави.</li></ol>                                                                                                                                                                                                                          |
| 4. | <b>Практичний відеоурок</b><br><b>Тривалість – 20 хв</b>               | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ознаки порушення постави.</li><li>2. План масажу дитині від 3 до 6 років.</li><li>3. Техніка проведення парафіноterapiї.</li></ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|    |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6. | <b>Перевірка домашнього завдання та зворотний зв'язок</b>           | <p>Учасники курсу надсилають відео з виконанням масажу та гімнастики, що були рекомендовані в рамках курсу.</p> <p>Викладач переглядає відео, аналізує техніку виконання та надає детальні коментарі у вигляді аудіоповідомлення</p>                                                                                                              |
| 7. | <b>Зустріч в Zoom з викладачем</b><br><br><b>Тривалість – 45 хв</b> | <p>Викладач проводить онлайн-конференцію з учасником курсу, під час якої відповідає на запитання, що виникли під час виконання завдань, та проводить детальний розбір техніки. Учасник демонструє виконання масажу чи гімнастики в реальному часі, а викладач надає рекомендації та корегує помилки для досягнення максимальної ефективності.</p> |