



“АКАДЕМІЯ МЕДИЧНОГО МАСАЖУ ВАЛЕНТИНИ НІКОЛЕНКО”

## Курс: “Основи медичного масажу”

14.10.2024 - 23.11.2024



№	Дата	Час	Тема
1	14.10.24 Zoom	19.00- 21.30	<b>Знайомство з Валентиною Ніколенко</b> 1. Привітання. 2. Презентація курсу. 3. Знайомство зі студентами.
2	14.10.24 Відеозапис	21.30- 22.30	<b>Відеозапис заняття з Мариною</b> 1. Правила курсу. 2. Масаж. Фізіологічний вплив масажу на організм людини. 3. Поняття "здоров'я". Вплив зовнішніх чинників на стан здоров'я організму. 4. Клітини, тканини, органи, системи органів та їхній взаємозв'язок. 5. Анатомічне визначення частин тіла.
3	16.10.24 Відеозапис	11.00- 14.00	<b>Відеозапис заняття з Мариною</b> 1. Кровоносна система людини, будова та функції. Вплив майстра масажу на кровоносну систему. 2. Будова та функції лімфатичної системи людини. 3. Особливості роботи з лімфатичною системою. Зони відтоку лімфи. Фактори, які знижують та підвищують роботу лімфатичної системи. 4. Набряки. Застійні явища. 5. Будова шкіри та підшкірно-жирової клітковини. Функції шкіри. Поняття "целюліт". 6. Вплив майстра масажу на шкіру. 7. Гіперемія. Правила роботи при куперозі. 8. Родимки. Ознаки небезпечних родимок. 9. Огляд утворень шкіри і підшкірно-жирової клітковини, які часто трапляються в практиці масажиста (ліпома, папілома). Правила безпечної роботи майстра масажу. 10. Правила безпечної роботи при рясному волосяному покриві у клієнта. 11. Безпечна робота та збір первинної інформації у клієнта за телефоном та при первинному контакті. 12. Показання та протипоказання до масажу.

			<p>13.Масаж при менструації.</p> <p>14.Коли треба відмінити процедуру чи її зупинити.</p> <p>15.Захворювання клієнта, що зустрічаються в практиці масажиста: гіпертонічна хвороба, атеросклероз судин, варикозна хвороба, цукровий діабет, інфаркт міокарда, інсульт. Тактика масажиста.</p>
4	18.10.24  Zoom	19.00- 21.30	<p><b>Заняття з Валентиною Ніколенко</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відповіді на запитання.</li> <li>2. Опитування.</li> <li>3. Рівень впливу та цілі прийому "погладжування".</li> <li>4. Рівень впливу та цілі прийому "розтирання".</li> <li>5. Рівень впливу і цілі прийому "вижимання".</li> <li>6. Рівень впливу і цілі прийому "розминання".</li> <li>7. Рівень впливу і цілі прийому "вібрація".</li> <li>8. Основи та переваги методу "Медичний масаж" за авторською системою Валентини Ніколенко.</li> <li>9. Анкетування клієнта.</li> </ol>
5	19.10.24	15.00- 19.00	<p><b>Практика в академії з Олексієм</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Письмова контрольна робота.</li> <li>2. Масаж спини.</li> <li>3. Техніка виконання прийомів погладжування, розтирання, вижимання.</li> <li>4. Відпрацювання прийомів.</li> <li>5. Постановка рук.</li> </ol>
6	21.10.24  Відеозапис	11.00- 12.00	<p><b>Відеозапис заняття з Мариною</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гігієнічні основи проведення масажу. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації робочого місця масажиста.</li> <li>2. Вимоги до масажиста. Зовнішній вигляд, гігієна, психологічний підхід.</li> <li>3. Вимоги до того, кого масажують. Підготовка до процедури.</li> <li>4. Скелет людини, функції. Види кісток. Будова кістки. Хребет, будова, функції хребта. Відділи хребта та їх позначення. Фізіологічні вигини.</li> <li>5. Хребці. Будова хребця.</li> <li>6. Розташування нирок.</li> <li>7. Особливості роботи з паравертебральними м'язами.</li> <li>8. Лопатка. Розташування лопатки. Будова лопатки</li> <li>9. Грудна клітина. Будова.</li> </ol>

			<p>10.Таз. Будова.</p> <p>11.Топографія лопатки, хребта та кісток тазу.</p> <p>12.Основні анатомічні терміни (площини, осі, медіальний, латеральний, проксимальний, дистальний тощо).</p>
7.	21.10.24 Zoom	18.00-19.00	<p><b>Заняття з Мариною</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опитування.</li> <li>2. Відповіді на запитання.</li> </ol>
8.	23.10.24	9.00-12.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (погладжування, розтирання, вижимання).
9.	23.10.24 Відеозапис	11.00-12.30	<p><b>Відеозапис заняття з Мариною</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. М'язи людини та їхні функції. Будова м'яза. Фасції. М'язовий тонус.</li> <li>2. Робота м'язів та їх роль у стані та здоров'ї хребта.</li> <li>3. Механізм м'язового скорочення.</li> <li>4. Анатомія м'язів спини і тіла, що опрацьовуються під час медичного масажу.</li> <li>5. Міжхребцеві диски, їх будова.</li> <li>6. Як живиться міжхребцевий диск.</li> <li>7. Суглоби.</li> <li>8. З'єднання хребців.</li> </ol>
10.	23.10.24 Zoom	19.00-21.30	<p><b>Заняття з Валентиною Ніколенко</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відповіді на запитання.</li> <li>2. Система Валентини Ніколенко.</li> <li>3. Принципи масажу.</li> </ol>
11.	26.10.24	15.00-19.00	<p><b>Практика в академії з Олексієм</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Письмова контрольна робота.</li> <li>2. Відпрацювання прийомів: погладжування, розтирання, вижимання.</li> <li>3. Визначення кісткових орієнтирів на тілі клієнта.</li> <li>4. Техніка виконання прийому розминання.</li> <li>5. Відпрацювання гребенеподібного розминання, розминання трапецієподібного м'яза, підостьового м'яза, паравертебрального проходу.</li> <li>6. Відпрацювання прийомів.</li> <li>7. Постановка рук.</li> </ol>

12.	28.10.24 Відеозапис	11.00- 12.00	<b>Відеозапис заняття з Мариною</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дихальна система, будова та функції. Механізм вдиху та видиху. Життєва ємність легень. Реакція газообміну.</li> <li>2. Будова та функції органів травної системи. Рецептори смаку. Акт ковтання. Шлунок. Підшлункова залоза. Тонка кишка. Товста кишка.</li> <li>3. Видільна система, будова та функції. Будова нирки.</li> <li>4. Коротка топографічна анатомія органів грудної клітки та черевної порожнини.</li> </ol>
13.	28.10.24 Zoom	18.00- 19.00	<b>Заняття з Мариною</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опитування.</li> <li>2. Відповіді на запитання.</li> </ol>
14.	30.10.24	9.00- 12.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (погладжування, розтирання, вижимання, розминання: гребенеподібне розминання, трапецієподібний м'яз, підостьовий м'яз, паравертебральний прохід).
15.	30.10.24 Zoom	19.00- 20.30	<b>Заняття з Валентиною Ніколенко</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відповіді на запитання.</li> <li>2. Опитування.</li> </ol>
16.	02.11.24	15.00- 19.00	<b>Практика в академії з Олексієм</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Письмова контрольна робота.</li> <li>2. Відпрацювання прийомів: погладжування, розтирання, вижимання, розминання.</li> <li>3. Відпрацювання гребенеподібного розминання, розминання трапецієподібного м'яза, підостьового м'яза, паравертебрального проходу.</li> <li>4. Техніка виконання розминання великого сідничного м'яза, крижів.</li> <li>5. Масаж шиї.</li> <li>6. Відпрацювання прийомів.</li> <li>7. Постановка рук.</li> </ol>
17.	04.11.24 Відеозапис	11.00- 12.00	<b>Відеозапис заняття з Мариною</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нервова система, будова та функції.</li> <li>2. Центральна та периферична нервова система.</li> <li>3. Черепні та спинномозкові нерви.</li> <li>4. Взаємозв'язок органів із центральною нервовою системою.</li> <li>5. Рефлекс. Рефлекторна дуга. Рецептори.</li> <li>6. Парез, параліч.</li> </ol>

			<p>7. Загальний масаж.</p> <p>8. Особливості виконання масажу верхніх і нижніх кінцівок, живота.</p>
18.	04.11.24 Zoom	18.00-19.00	<p><b>Заняття з Мариною</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опитування.</li> <li>2. Відповіді на запитання.</li> </ol>
19.	06.11.24	9.00-12.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (погладжування, розтирання, вижимання, розминання: гребенеподібне розминання, трапецієподібний м'яз, підостьовий м'яз, паравертебральний прохід, великий сідничний м'яз, крижі, масаж шиї).
20.	06.11.24 Zoom	19.00-20.30	<p><b>Заняття з Валентиною Ніколенко</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відповіді на запитання.</li> <li>2. Опитування.</li> </ol>
21.	09.11.24	15.00-19.00	<p><b>Практика з Валентиною та Олексієм</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Теоретичний іспит.</li> <li>2. Практичний залік з масажу спини.</li> </ol>
22.	13.11.24	9.00-12.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (масаж спини).
23.	13.11.24 Zoom	19.00-21.30	<p><b>Заняття з Валентиною Ніколенко</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Робота на себе, плюси та мінуси.</li> <li>2. Законодавча база організації особистої практики.</li> <li>3. Перші кроки в побудові своєї справи.</li> <li>4. Самопрезентація майстра.</li> </ol>
24.	16.11.24	15.00-19.00	<p>Практика в академії з Олексієм</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальний масаж.</li> <li>2. Техніка виконання масажу верхніх і нижніх кінцівок, живота, волосистої частини голови, лоба.</li> <li>3. Відпрацювання прийомів.</li> <li>4. Постановка рук.</li> </ol>
25.	20.11.24	9.00-12.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (загальний масаж).
26.	20.11.24 Zoom	19.00-20.30	<p>Заняття з Валентиною Ніколенко</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Відповіді на запитання.</li> <li>2. Підготовка до практичного іспиту.</li> </ol>

27.	23.11.24	15.00-19.00	<b>Практика в академії з Валентиною та Олексієм</b> <b>1. Практичний екзамен.</b> <b>2. Вручення дипломів.</b> <b>3. Фотосесія.</b>
-----	----------	-------------	--