



"АКАДЕМІЯ МЕДИЧНОГО МАСАЖУ ВАЛЕНТИНИ НІКОЛЕНКО"

**Курс «Професійний майстер медичного масажу.
Робота з м'язовими дисфункціями»**

28.04.2025 - 31.05.2025



№	Дата	Час	Тема
1.	28.04.2025 Zoom	18.00-20.30	Заняття з Валентиною Ніколенко 1. Привітання. 2. Анкетування за методом Валентини Ніколенко. Збір скарг та анамнезу у клієнта. Аналіз і обробка отриманої інформації. 3. Умови проведення масажу для підвищення ефективності процедури. 4. Усвідомленість у роботі майстра. 5. Визначення індивідуальних особливостей клієнта методом Валентини Ніколенко. 6. Складання індивідуального плану для роботи з клієнтом. 7. Планування курсу масажу, етапи планування. 8. Постановка професійної мети.
2.	30.04.2025	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. Анатомо-фізіологічні основи масажу. Дія масажу на різні системи організму (кровоносну, лімфатичну, нервову, травну, видільну, дихальну, опорно-руховий апарат, шкіру). 2. Поняття "хвороба". Застійні явища в організмі, зниження обмінних процесів. Відображення в тілі та в самопочутті людини. 3. Основні функції м'язів спини. 4. Принципи масажу.
3.	01.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. М'язові дисфункції. Причини виникнення, ознаки, тактика масажиста. 2. Робота з тригерними точками.
4.	03.05.2025	10.00-14.00	Практика в академії з Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Масаж спини. 3. Відпрацювання прийомів медичного масажу. Погладжування, діагностичне розтирання, вижимання, розминання. 4. Діагностика за підшкірно-жировою клітковиною. 5. Робота з вакуумною масажною банкою. 6. Діагностика, пальпаторна оцінка стану м'язів,

			визначення проблемних зон. 7. Виявлення точок напруги в м'язах. Оцінка за критеріями. 8. Заповнення карти клієнта. 9. Ведення журналу динаміки. 10.Визначення зон комфортності під час впливу. 11.Розминання глибоких м'язів. 12.Постановка рук майстра.
5.	05.05.2025 Zoom	18.00-20.30	Заняття з Валентиною Ніколенко 1. Відповіді на запитання. 2. Опитування. 3. Прояви індивідуальних реакцій клієнта на процедуру, робота з ними та відстеження динаміки. 4. Індивідуальний підбір масажної дії залежно від реакції клієнта і його особливостей. 5. Зміна стратегії роботи майстра в разі негативного або недостатнього впливу. 6. Вплив емоцій на м'язи. Поняття "психосоматика". 7. Зняття психосоматичних блоків.
6.	06.05.2025 Zoom	19.00-20.30	Заняття з Надією 1. Огляд патологій стопи у дітей та дорослих (вальгусна деформація, плоскостопість). 2. Основи кінезіотейпування.
7.	07.05.2025	9.00-18.00	Відправлення відео домашнього відпрацювання (відпрацювання погладжування, діагностичного розтирання, роботи з вакуумною банкою, вижимання, розминання трапецієподібного м'яза, м'яза, що підіймає лопатку, підостьового м'яза, прийому припіднімання лопатки, паравертебрального проходу за шкалою комфортності).
8.	07.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. Остеохондроз. 2. Спондильоз. 3. Спондилоартроз. 4. Спондилолітез. 5. Грижі та протрузії міжхребцевого диска. Правила безпечної роботи.
9.	08.05.2025 Zoom	19.00-20.00	Заняття з Мариною 1. Опитування. 2. Відповіді на запитання. 3. Повторення пройденого матеріалу.

10.	10.05.2025	10.00-14.00	Практика в академії з Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Масаж спини, масаж сідниць. 3. Відпрацювання прийомів медичного масажу. Погладжування, діагностичне розтирання, вижимання, розминання. 4. Діагностика, пальпаторна оцінка стану м'язів, визначення проблемних зон. 5. Виявлення точок напруги в м'язах. Оцінка за критеріями. 6. Визначення зон комфортності під час впливу і реакції клієнта. 7. Розминання глибоких м'язів. 8. Постановка рук майстра.
11.	12.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Валентиною Ніколенко 1. Масаж у спорті. 2. Як працювати зі спортсменами.
12.	13.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Валентиною Ніколенко <i>Ефективна взаємодія з клієнтом: як запобігати конфліктам та їх вирішувати</i> 1. Причини конфліктів у роботі майстра масажу. 2. Методи запобігання конфліктним ситуаціям. 3. Алгоритм дій у разі виникнення конфлікту.
13.	15.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Мариною Порушення постави. Основні поняття і принципи. Види сколіотичних деформацій.
14.	17.05.2025	10.00-14.00	Практика в академії з Валентиною та Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Практичний залік із масажу спини. 3. Діагностика, пальпаторна оцінка стану м'язів, визначення проблемних зон. 4. Виявлення точок напруги в м'язах. Оцінка за критеріями. 5. Техніка виконання масажу шиї. 6. Постановка рук майстра.

15.	19.05.2025	11.00	Відеозапис заняття з Валентиною Ніколенко <i>Бізнес для майстрів-початківців: від перших клієнтів до успішного просування</i> 1. Особливості роботи на себе: переваги, фінансове планування, створення УТП. 2. Способи залучення клієнтів: сарафанне радіо, акції, соцмережі, партнерства. 3. Презентація роботи та самопрезентація: як розповісти про себе і свої послуги. 4. Основи ведення соціальних мереж: оформлення профілю, створення контенту, взаємодія з аудиторією.
16.	21.05.2025	9.00-18.00	Відправлення відео домашнього відпрацювання: 1 частина (відпрацювання погладжування, діагностичного розтирання, роботи з вакуумною банкою, вижимання, розминання трапецієподібного м'яза, м'язу, що підіймає лопатку, підостьового м'язу, прийому припіднімання лопатки, паравертебрального проходу за шкалою комфортності, масажу сідниць і крижів) і 2 частина (масаж шиї).
17.	22.05.2025 Zoom	19.00-20.00	Заняття з Мариною Опитування. Відповіді на запитання.
18.	24.05.2025	10.00-14.00	Практика з Олексієм 1. Теоретичний іспит. 2. Загальний масаж. 3. Методика і техніка проведення загального масажу, особливості проведення прийомів медичного масажу. 4. Масаж нижніх кінцівок. 5. Масаж верхніх кінцівок. 6. Масаж грудних м'язів. 7. Масаж обличчя. 8. Відпрацювання прийомів. 9. Постановка рук майстра.
19.	26.05.2025 Zoom	18.00-20.30	Заняття з бізнесу з Валентиною Ніколенко. Розбір домашнього завдання.
20.	28.05.2025	9.00-18.00	Відправлення відео домашнього відпрацювання: 1 частина (відпрацювання погладжування, діагностичного розтирання, роботи з вакуумною банкою, вижимання, розминання трапецієподібного м'яза, м'язу, що підіймає лопатку, підостьового м'язу,

			прийому припіднімання лопатки, паравертебрального проходу за шкалою комфортності, масажу сідниць і крижів) та 2 частина (масаж нижніх кінцівок, верхніх кінцівок, живота, грудних м'язів, шиї, волосистої частини голови та обличчя).
21.	31.05.2025	10.00-14.00	Практика в академії з Валентиною та Олексієм 1. Практичний екзамен. 2. Вручення дипломів. 3. Фотосесія.