



"АКАДЕМІЯ МЕДИЧНОГО МАСАЖУ ВАЛЕНТИНИ НІКОЛЕНКО"

Курс «Основи медичного масажу»

05.05.2025 - 14.06.2025



№	Дата	Час	Тема
1	05.05.2025 Zoom	18.00-20.30	Знайомство з Валентиною Ніколенко 1. Привітання. 2. Презентація курсу. 3. Знайомство зі студентами.
2	05.05.2025 Відеозапис	20.30	Відеозапис заняття з Мариною 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	06.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 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.

			13.Масаж при менструації. 14.Коли треба відмінити процедуру чи її зупинити. 15.Захворювання клієнта, що зустрічаються в практиці масажиста: гіпертонічна хвороба, атеросклероз судин, варикозна хвороба, цукровий діабет, інфаркт міокарда, інсульт. Тактика масажиста.
4	07.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Валентиною 1. Система Валентини Ніколенко. 2. Анкетування клієнта.
5	08.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Валентиною Ніколенко <i>Прийоми масажу</i> 1. Рівень впливу та цілі прийому "погладжування". 2. Рівень впливу та цілі прийому "розтирання". 3. Рівень впливу і цілі прийому "вижимання". 4. Рівень впливу і цілі прийому "розминання". 5. Рівень впливу і цілі прийому "вібрація". 6. Основи та переваги методу "Медичний масаж" за авторською системою Валентини Ніколенко.
6	10.05.2025	15.00-19.00	Практика в академії з Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Масаж спини. 3. Техніка виконання прийомів погладжування, розтирання, вижимання. 4. Відпрацювання прийомів. 5. Постановка рук.
7	12.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. Гігієнічні основи проведення масажу. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації робочого місця масажиста. 2. Вимоги до масажиста. Зовнішній вигляд, гігієна, психологічний підхід. 3. Вимоги до того, кого масажують. Підготовка до процедури. 4. Скелет людини, функції. Види кісток. Будова кістки. Хребет, будова, функції хребта. Відділи хребта та їх позначення. Фізіологічні вигини. 5. Хребці. Будова хребця. 6. Розташування нирок. 7. Особливості роботи з паравертебральними м'язами. 8. Лопатка. Розташування лопатки. Будова лопатки 9. Грудна клітина. Будова.

			10.Таз. Будова. 11.Топографія лопатки, хребта та кісток тазу. 12.Основні анатомічні терміни (площини, осі, медіальний, латеральний, проксимальний, дистальний тощо).
8	12.05.2025 Zoom	18.00-19.30	Заняття з Валентиною Ніколенко 1. Відповіді на запитання. 2. Принципи масажу.
9	14.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. М'язи людини та їхні функції. Будова м'яза. Фасції. М'язовий тонус. 2. Робота м'язів та їх роль у стані та здоров'ї хребта. 3. Механізм м'язового скорочення. 4. Анатомія м'язів спини і тіла, що опрацьовуються під час медичного масажу. 5. Міжхребцеві диски, їх будова. 6. Як живиться міжхребцевий диск. 7. Суглоби. 8. З'єднання хребців.
10	15.05.2025 Zoom	17.30-18.30	Заняття з Мариною 1. Опитування. 2. Повторення пройденого матеріалу. 3. Відповіді на запитання.
11	17.05.2025	15.00-19.00	Практика в академії з Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Відпрацювання прийомів: погладжування, розтирання, вижимання. 3. Визначення кісткових орієнтирів на тілі клієнта. 4. Техніка виконання прийому розминання. 5. Відпрацювання гребенеподібного розминання, розминання трапецієподібного м'яза, підостьового м'яза, паравертебрального проходу. 6. Відпрацювання прийомів. 7. Постановка рук. 8.
12	19.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. Дихальна система, будова та функції. Механізм вдиху та видиху. Життєва ємність легень. Реакція газообміну. 2. Будова та функції органів травної системи.

			Рецептори смаку. Акт ковтання. Шлунок. Підшлункова залоза. Тонка кишка. Товста кишка. 3. Видільна система, будова та функції. Будова нирки. 4. Коротка топографічна анатомія органів грудної клітки та черевної порожнини.
13	21.05.2025	9.00-18.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (погладжування, розтирання, вижимання, розминання: гребенеподібне розминання, трапецієподібний м'яз, підостьовий м'яз, паравертебральний прохід).
14	23.05.2025 Zoom	17.30-18.30	Заняття з Мариною 1. Опитування. 2. Повторення пройденого матеріалу. 3. Відповіді на запитання.
15	24.05.2025	15.00-19.00	Практика в академії з Олексієм 1. Письмова контрольна робота. 2. Відпрацювання прийомів: погладжування, розтирання, вижимання, розминання. 3. Відпрацювання гребенеподібного розминання, розминання трапецієподібного м'яза, підостьового м'яза, паравертебрального проходу. 4. Техніка виконання розминання великого сідничного м'яза, крижів. 5. Масаж шиї. 6. Відпрацювання прийомів. 7. Постановка рук.
16	26.05.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис заняття з Мариною 1. Нервова система, будова та функції. 2. Центральна та периферична нервова система. 3. Черепні та спинномозкові нерви. 4. Взаємозв'язок органів із центральною нервовою системою. 5. Рефлекс. Рефлекторна дуга. Рецептори. 6. Парез, параліч. 7. Загальний масаж. 8. Особливості виконання масажу верхніх і нижніх кінцівок, живота.
17	29.05.2025 Zoom	17.30-18.30	Заняття з Мариною 1. Опитування. 2. Повторення пройденого матеріалу. 3. Відповіді на запитання.

18	31.05.2025	15.00-19.00	Практика з Валентиною та Олексієм 1. Теоретичний іспит. 2. Практичний залік з масажу спини.
19	02.06.2025 Відеозапис	11.00	Відеозапис зняття з Валентиною Ніколенко 1. Робота на себе, плюси та мінуси. 2. Законодавча база організації особистої практик 3. Перші кроки в побудові своєї справи. 4. Самопрезентація майстра.
20	02.06.2025 Zoom	18.00-19.30	Заняття з Валентиною Ніколенко 1. Відповіді на запитання. 2. Підготовка до практичного іспиту.
21	04.06.2025	9.00-18.00	Відправлення відео відпрацювання вдома (масаж спини).
22	07.06.2025	15.00-19.00	Практика в академії з Олексієм 1. Загальний масаж. 2. Техніка виконання масажу верхніх і нижніх кінцівок, живота, волосистої частини голови, лоба. 3. Відпрацювання прийомів. 4. Постановка рук.
23	14.06.2025	15.00-19.00	Практика в академії з Валентиною та Олексієм 1. Практичний екзамен. 2. Вручення дипломів. 3. Фотосесія.