	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: II Дата: 04.09.2019 год. Страница 1 от 6

**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН**  
**МЕДИЦИНСКИ КОЛЕЖ**

ОДОБРЯВАМ:  
Директор на МК  
(Доц. д-р Евг. Бързашка, д.м.)

ВЛИЗА В СИЛА  
ОТ УЧЕБНАТА 2019/2020 г.

**УЧЕБНА ПРОГРАМА**  
**ПО**  
**ЛИЦЕВА ГИМНАСТИКА**

ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН  
“ПРОФЕСИОНАЛЕН БАКАЛАВЪР”


ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ „ЗДРАВНИ ГРИЖИ“

СПЕЦИАЛНОСТ  
“МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИКА”

РЕДОВНО ОБУЧЕНИЕ

**ПЛЕВЕН**

**2019**

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: II
		Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 2 от 6

**По учебен план на МК – Плевен – задължителна дисциплина**

**Учебен семестър: IV**

**Хорариум: 15 часа (5 часа лекции и 10 часа упражнения)**

**Кредити: 3**

### **РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО СЕМЕСТРИ**

Семестър	Часове всичко лекция/упражнения
IV	5/10
<b>Общо</b>	<b>5/10</b>
<b>Общо всичко</b>	<b>15</b>

**Преподавател:**

1. Доц. Нина Михайлова, д.п.
2. Доц. Таня Мегова, д.п.
3. Доц. Ростислав Костов, д.м.
4. Ас. Хрета Аспарухова

### **ЦЕЛ И ЗАДАЧИ НА ОБУЧЕНИЕТО**

Дисциплината “Лицева гимнастика” запознава студентите с теоретични и практически умения за лицева гимнастика, за да могат специалистите по „Медицинска козметика“ успешно и безопасно да използват медицинските подходи за гимнастика на мускулите на лицето, брадата, шията и деколтето. Специално място се отделя на ролята на лицевата гимнастика при хирургични и неврологични заболявания.

### **ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ**


Очакваните резултати заложи в обучението по дисциплината „Лицева гимнастика“ по време на обучението на студентите от специалност „Медицинска козметика“ са: усвояване на умения за прилагане на основни козметични средства за стягане на атрофиралата мускулатура и намаляване на бръчките по кожата, при хора на средна и напреднала възраст.

**ФОРМИ НА ОБУЧЕНИЕ:**

- лекции и упражнения

**МЕТОДИ НА ОБУЧЕНИЕ:**

- лекционен изложение
- практически упражнения

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: II
		Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 3 от 6

- самостоятелна работа на студентите
- консултации с преподавателя
- работа в библиотека
- работа в Internet

#### КОНТРОЛ И ОЦЕНКА НА ЗНАНИЯТА:

- текущ контрол;
- заключителен контрол: писмено и устно изпитване.

Текущият контрол по “**Лицева гимнастика**” се осъществява по време на лекционния курс и упражненията през семестъра чрез контролни проверки и въпроси – устно. Обучението по дисциплината завършва с изпит през четвърти семестър. Заключителният контрол се осъществява след проведен практичен и теоритичен изпит на въпроси по предварително зададен конспект.

#### РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМИ

№	Тема	Лек-ции	Упраж-нения	Общо часове
1.	Анатомични данни за лицевия нерв, лицева мускулатура и мускули на шията.	2	-	2
2.	Неврит на лицевия нерв.	2	-	2
3.	Принципи на кинезитерапията.	1	1	2
4.	Лицева гимнастика		9	9

**ВСИЧКО: 5            10            15**

#### ТЕЗИСИ НА ЛЕКЦИИТЕ И УПРАЖНЕНИЯТА

**I. Анатомични данни за лицевия нерв, лицева мускулатура и мускули на шията. (2 ч. лекция).**


Анатомични данни за лицевия нерв. Особенности на лицевата мускулатура и на шията.

**II. Неврит на лицевия нерв –(2 ч. лекция).**

Патогенеза, етиология, клинична картина, тестване на лицевата мускулатура. Някои особености при развитието на неврита на лицевия нерв, имащи значение за физиотерапията. методи на изследване и прогнози на възстановяване. Особенности при провеждане на теста при неврит на n. facialis.

**III. Принципи на кинезитерапията. (1 ч. лекция).**

Цел, задачи, средства и методика на кинезитерапия при увреда на н. фациалис – първи период, втори период и трети период. Подбор на средствата на кинезитерапията по базата на оценките от мануалното мускулно тестване.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 4 от 6

**III. 1. Учебно-практическо занятие (1 часа)** – Мускулно тестване и кинезитерапевтична методика при увреда на n. Facialis.

**IV.** Лицева гимнастика при неврит на лицевия нерв.

**IV. Учебно-практически занятия (9 часа).**

IV. 1. Медико-козметични подходи за гимнастика на лицевата (мимическа) мускулатура. **(2 часа).**

IV. 2. Комплекс гимнастически упражнения за лицева и шийна мускулатура. **(2 час).**

IV. 3. Комплекс гимнастически упражнения за бюста и правилно телодържание **(1 час).**

IV. 4. Лицева гимнастика и масажни процедури при дермато- естетически и хирургични намеси. **(2 часа).**

IV. 5. Комбинирани и специализирани програми за лицева гимнастика. **(2 часа).**

#### **МЕТОДИ ЗА КОНТРОЛ:**

#### **ТЕКУЩ КОНТРОЛ**

Текущият контрол се осъществява по време на лекциите и практическите упражнения през семестъра чрез контролни проверки и въпроси – устно.

#### **ЗАКЛЮЧИТЕЛЕН КОНТРОЛ**

Заключителният контрол се осъществява след проведен практичен и теоритичен изпит на въпроси по предварително зададен конспект. Крайната оценка се закръгля до единица и се вписва в учебната документация.

#### **СИСТЕМА ЗА НАБИРАНЕ НА КРЕДИТИ**


**Общ брой кредити: 3**

Сумарната кредитна оценка се формира от:

1. Кредити от присъствие на лекции
2. Кредити от присъствие и участие в упражнения
3. Кредити от самостоятелна подготовка за семестриален изпит

#### **Литература:**


1. Горанова, З., Г. Маркова-Старейшинска, Л. Крайджикова. Масаж. ИПБ-НСА, С., 1992.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: II
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 5 от 6

2. Горанова, З., Л. Крайджикова. Точков масаж в спорта. ИПБ-НСА, С., 1990.
3. Димитрова, Е., Попов. Н. Ръководство за упражнения по функционална диагностика на опорно-двигателния апарат. „НСА-ПРЕС“, 2003.
4. Любенова, Д. Кинезитерапия при нервни и психични болести. „Бетапринт – Петрови и Сие“, 2011.
5. Желев, В. Физиотерапия при неврологични, неврохирургични и психични заболявания. „Авангард Прима“, 2012.
6. Желев, В., Л. Крайджикова, М. Войников. Масаж. Авангард, С., 2005.
7. Желев, В., Л. Крайджикова. Масаж хигиенен, спортен, лечебен и козметичен. „Авангард Прима“, 2009.
8. Кирова, Ив. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк., С., 1995.
9. Костадинов, Д., Т. Краев, Л.Тодоров. Ръководство по рефлекторен масаж. Мед. и физк., С.,1985.
10. Краев, Т. Учебник по лечебен масаж – специална част. ЕРСИД, С., 2007.
11. Краев, Т., Л. Тодоров. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк.,С.,1991.
12. Крайджикова, Л., М. Войников. Спортен масаж. НСА-ПРЕС, С., 2004.

## **ИЗПИТЕН КОНСПЕКТ – ТЕОРИЯ**

Дисциплина „Лицева гимнастика“

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: II
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 6 от 6


Специалност “Медицинска козметика“, II курс, IV семестър

1. Анатомични данни за лицевия нерв.
2. Лицева (мимическа) мускулатура.
3. Неврит на лицевия нерв – патогенеза, етиология, клинична картина, тестване на лицевата мускулатура.
4. Лицева гимнастика при неврит на лицевия нерв – първи период (цел, задачи и средства на кинезитерапията).
5. Лицева гимнастика при неврит на лицевия нерв – втори период (цел, задачи и средства на кинезитерапията).
6. Лицева гимнастика при неврит на лицевия нерв – трети период (цел, задачи и средства на кинезитерапията), причини за получаване на контрактури.
7. Лицева гимнастика и масаж при неврит на лицевия нерв – основни принципи и цел на масажа при увреда на n. Facialis.
8. Принципи на кинезитерапията при увреда на n. Facialis.
9. Показания и противопоказания за провеждане на масажа. По-чести синкинезии при увреда на n. Facialis.

изготвил: Доц. Таня Мегова, д.п.

## ИЗПИТЕН КОНСПЕКТ – ПРАКТИКА

Дисциплина „Лицева гимнастика“

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: II Дата: 04.09.2019 год. Страница 7 от 6

Специалност “Медицинска козметика“, II курс, IV семестър


1. Медико-козметични подходи за гимнастика на лицевата (мимическа) мускулатура.
2. Мускулно тестване и кинезитерапевтична методика при увреда на n. Facialis.
3. Лицева гимнастика при дермато-естетични и хирургически намеси.
4. Комплекс гимнастически упражнения за лицева и шийна мускулатура.
5. Лицева гимнастика за мускулите на челото, носа и устата.
6. Комплекс гимнастически упражнения за шийните мускули.
7. Комплекс гимнастически упражнения за бюста.
8. Комплекс гимнастически упражнения за правилно телодържание.
9. Специализирани методики- зонава терапия и звукова терапия.
10. Съвременни комбинирани програми за лицева гимнастика.

Изготвил: Асистент Хрета Аспарухова

**Изготвили:**

1. доц. Нина Михайлова, д.п.
2. доц. Таня Мегова, д.п.
3. доц. Ростислав Костов, д.м.

Дисциплина	<b>Лицева Гимнастика</b>
Специалност	<b>Медицинска козметика</b>
Задължителна	Преподаватели: доц.Нина Михайлова,д.п.; доц.ТаняМегова,д.п.; доц.Ростислав Костов,д.м.; ас. Хрета Аспарухова,магистър по кинезитерапия
Кредити: 3	Предхождащи дисциплини: биомедицински, медико – етични,

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: II
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 год.
		Страница 8 от 6

	социални
Лекции	5 часа Семестър: 3
Упражнения	10 часа Семестър: 3
Извънаудиторна заетост	75 часа
Съдържание на дисциплината:	Студентите се запознават с медицинските и козметични подходи на гимнастиката за лице. Анатомичните данни и особености на лицевата мускулатура и мускулите на шията. Ролята на гимнастиката за лице при хигургични и неврологични заболявания и кинезитерапевтични методики при увреда на лицевия нерв. Гимнастически упражнения за лицевите и шийните мускули, за бюста, правилно телодържание и лицева гимнастика при медико-естетичен и дерматологичен масаж.
Цел и задачи на дисциплината:	Дисциплината има за цел студентите ДА: усвоят прилагането на основни козметични средства за стягане атрофиралата мускулатура и намаляване бръчките по кожата при хора на средна и напреднала възраст.
Методи на обучение:	Лекционно изложение; практически упражнения; консултации с преподавателя; беседи; самостоятелна работа на студентите
Оценяване:	Семестриален изпит - теория и практика