	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 10.01.2012 г.
		Страница 1 от 9 стр.

**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ - ПЛЕВЕН**  
**ФАКУЛТЕТ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ“**

ОДОБРЯВАМ:  
 Декан на ФОЗ  
 (Проф. д-р С. Янкуловска, д.м.н.)

ВЛИЗА В СИЛА  
 ОТ УЧЕБНАТА 2019/2020 Г.

**УЧЕБНА ПРОГРАМА**

**ПО**

**„Масажни техники за мекотъканна обработка“**


ЗА ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН  
**„МАГИСТЪР“**

СПЕЦИАЛНОСТ:  
**„МЕДИЦИНСКА РЕХАБИЛИТАЦИЯ И ЕРГОТЕРАПИЯ“**

**ЗАДОЧНО ОБУЧЕНИЕ**

**ПЛЕВЕН**

**2019 г.**

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
Дата: 10.01.2012 г.		
Страница 2 от 9 стр.		

**По учебен план на МУ - Плевен - задължителна**

**Учебен семестър:** втори.

**Хорариум:** 30 часа: 10 часа лекции и 20 часа упражнения.

**Брой кредити:** 3

### РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО СЕМЕСТРИ

Семестър	Часове всичко	Лекции	Упражнения
II	30	10	20
Общо	30	10	20

#### **Преподаватели:**


- Доц. Таня Мегова д.п., Магистър по медицинска рехабилитация и ерготерапия, Магистър по управление на здравните грижи, Ректорат 1, ст. 418, Доктор по научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. методика на лечебната физкултура)”.
- Ас. Любомира Тотева, Магистър по медицинска рехабилитация и ерготерапия, Магистър по управление на здравните грижи, Ректорат 1, ст. 418.

#### **1. АНОТАЦИЯ:**

Обучението по **Масажни техники за мекотъканна обработка** има за цел студентите да получат задълбочени познания в областта на прилагане на мекотъканни масажни техники в различни варианти и комбинации. Дисциплината се преподава във втори семестър. и включва лекционни занятия и упражнения. Чрез лекционните занятия и практическите упражнения студентите ще придобият представи, знания и умения за изпълнение на лечебни масажни техники, включващи – мобилизиращи масажни техники, техники за обработка на тригерни точки, нервно-мускулни техники. В лекционния курс се преподава теоретичната основа на предвидените за изучаване масажи. По време на практическите занятия се придобиват практически умения, усвоява се начинът на изпълнение на различните масажни техники и тяхното приложение върху отделните части на тялото. Масажни техники за мекотъканна обработка е една от задължителните дисциплини по учебния план на специалност „Медицинска рехабилитация и ерготерапия” ОКС „Магистър“. Той е една от основните дисциплини изучавани от студентите от специалността. Студентите надграждат върху вече натрупаната голяма база от теоретични и практически знания, умения и навици, придобити в бакалавърската степен по дисциплината „**Масажни техники за мекотъканна обработка**“. Това спомага тяхната пълноценна и успешна реализация като специалисти в областта на рехабилитацията и ерготерапията.

В резултат на преминаване на обучението в предвидения обем и последователност на темите по настоящата програма обучаемите трябва да постигнат следните **основни задачи:**

- Правилно да разбират и познават същността на предвидените за изучаване мекотъканни масажни техники;

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
Дата: 10.01.2012 г.		
Страница 3 от 9 стр.		

- Да усвоят правилното изпълнение на мекотъканни масажни техники в тяхното разнообразие;
- Да прилагат според предназначението им мекотъканни масажни техники;
- Да прилагат адекватни на съответното заболяване и състояние методи и техники на масаж, в правилната комбинация и последователност.

## 2. ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ:

В резултат на предвидения теоретичен курс на обучение в посочения обем и последователност на предложените теми съгласно учебния план и настоящата учебна програма студентите следва **да придобият нови знания за:**

- Същността на мекотъканните масажни техники и техните разновидности;
- Възникване и развитие на мекотъканните масажни техники
- Въздействие на мекотъканните масажни техники върху мускулите, ствите и околоставните тъкани.
- Теоретичните принципи на приложение и изпълнение на различните масажни техники;
- Изпълнение и комбинация на различните масажни техники при заболявания на опорно-двигателния апарат, нервната система и др.

След изпълнение на предвидените по програмата упражнения и изпълнение на практическите задачи обучаемите следва **да изградят нови способности и умения:**

- Да изпълняват мекотъканни масажни техники правилно;
- Да правят адекватен подбор на изучените масажни техники, съобразно състоянието и заболяването на пациентите. Да комбинират правилно изучените масажни методи;
- Да изграждат самостоятелно схема и програма за масаж и комбинация от него и другите методи за рехабилитация;
- Да комбинират и изпълняват правилно масажните техники при предвидените за изучаване по програма заболявания и състояния.


Очаквани резултати от обучението по мекотъканни масажни техники са изграждането на стабилна познавателна основа и практически умения за самостоятелен анализ и оценка на възможностите за рехабилитация на болните, правилна преценка при избора на подходящ подход при работа с пациентите. Важен резултат е познаването на принципите на работа при пациенти с разнообразни нозологии и придобиването на умения за работа в екип. Студентите трябва да са в състояние да подбират правилните масажни техники и подход към пациентите и да ги интегрират успешно в общия рехабилитационен план, да работят не само с цел лечение но също така и с цел превенция и профилактика на болестите

## 3. ФОРМИ НА ОБУЧЕНИЕ:

- Лекции;
- Учебно-практически занятия;
- Самостоятелна подготовка;
- Консултации.

## 4. МЕТОДИ НА ОБУЧЕНИЕ:

- лекционно изложение
- демонстрации от преподавател
- дискусии
- индивидуална работа с преподавателя
- самостоятелна подготовка

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 10.01.2012 г.
		Страница 4 от 9 стр.

- писмено и практическо изпитване

**Лекционното изложение** е основен метод за даване на нови знания по учебната дисциплина. Те се водят с целия курс/поток студенти и се осигуряват от презентационни, пълнотекстови и други нагледни материали. Презентационните материали се представят чрез видеопроектори в лекционни зали.

Съдържанието на лекциите се актуализира, като се съобразява с развитието и усъвършенстването на масажните методи. Чрез лекционните занятия се разясняват общите принципи на мекотъканните масажни техники, физиологичното им въздействие върху различните тъкани и органи и цялостно върху организма, развитието на мекотъканните масажни техники, теоретичните основи на различните видове масажи, тяхното приложение, показания и противопоказания. Изучава се приложението и комбинацията на различните масажни техники при различни заболявания и състояния на организма.

**Практическото упражнение** с преподавател се явява основен вид занятие за получаване на практически умения и навици за изпълнение на различните видове масажи и техните прийоми. Тези занятия се провеждат в учебни кабинети оборудвани с масажни кушетки, студентите работят на групи от по двама или трима като изпълняват изучаваните техники един на друг. Преподавателят прави демонстрация, след което студентите работят самостоятелно, като преподавателят коригира грешките и неточностите в изпълнението. Като помощни средства се използват разнообразни методи за онагледяване – схеми, табла и др.

**Самостоятелна подготовка.** На студентите се поставят задачи за самостоятелна подготовка, теоретично запознаване с материала, който ще бъде преподаван по време на практическите упражнения и отработване на вече взетите в практическите упражнения масажни методи и техники.


## 5. ТЕМАТИЧНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ

*Табл. 1. Втори семестър*

№	ТЕМАТИЧЕН ПЛАН НА НА ЛЕКЦИИТЕ ПО „МАСАЖНИ ТЕХНИКИ ЗА МЕКОТЪКАННА ОБРАБОТКА”	Часове
1.	Мануални методи за въздействие при мускулни дисфункции	6
2.	Функц. оценка и мануална мобилизация в областта на гръбначния стълб	4
	<b>ОБЩО</b>	

*Табл. 2. Втори семестър – учебно-практически занятия.*

№	ТЕМАТИЧЕН ПЛАН НА НА УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКИТЕ ЗАНЯТИЯ ПО „ЛЕЧЕБЕН МАСАЖ ”	Часове
1.	Мобилизиращи масажни техники за шийно-раменна област.	3
2.	Мобилизиращи масажни техники за горен крайник.	3

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	<b>УЧЕБНА ПРОГРАМА</b>	Дата: 10.01.2012 г.
		Страница 5 от 9 стр.

3.	Мобилизираци масажни техники за торакална и лумбална област.	3
4.	Мобилизираци масажни техники за долен крайник.	3
5.	Локализация на тригерните точки и техники за обработка.	3
6.	Нервно-мускулни техники – основни принципи на приложение.	2
7.	Нервно-мускулни техники – методи на изпълнение.	3
	<b>ОБЩО</b>	<b>20</b>

## 6. ТЕЗИСИ НА ЛЕКЦИИТЕ И УПРАЖНЕНИЯТА ПО „ЛЕЧЕБЕН МАСАЖ ”

### 6.1. ТЕЗИСИ НА ЛЕКЦИИТЕ:

1. Мануални методи за въздействие при мускулни дисфункции (6 часа) – Мекотъканны техники – определение. Предимства на комбинирания метод. Мускулно-енергийни техники, вариации за разтягане при хронични фиброзни промени. Приложение на МЕТ. Разновидности на МЕТ. Нервно-мускулни техники – определение. Разновидности на НМТ. Методични указания за изпълнение на НМТ. Правила за приложение на НМТ.

2. Функционална оценка и мануална мобилизация в областта на гръбначния стълб (4 часа) – Изследвания в шийната област. Анатомо-кинезиологични особености на шийния дял на гръбначния стълб. Симетрия в статичното обременяване на долните крайници. Активен обем на движение. Пасивен обем на движение. Изследване дължината на мускулите от горната част на туловището, раменния пояс и горния крайник.


### 6.2. ТЕЗИСИ НА УПРАЖНЕНИЯТА:

1. Мобилизираци масажни техники за шийно-раменна област (3 часа) - Студентите се разделят на групи по двама. Преподавателят дава основни инструкции за работа, демонстрира начините за оглед и палпация на меките тъкани, припомня противопоказанията за масаж, демонстрира мобилизираци масажни техники за шийно-раменна област, след което студентите отработват под контрол показаните техники. Поставят се задачи за самостоятелна работа и самоподготовка за следващото занятие.

2. Мобилизираци масажни техники за горен крайник. (3 часа) - Студентите се разделят на групи по двама. Преподавателят дава основни инструкции за работа, демонстрира мобилизираци масажни техники за горен крайник, след което студентите отработват под контрол показаните техники. Поставят се задачи за самостоятелна работа и самоподготовка за следващото занятие.

3. Мобилизираци масажни техники за торакална и лумбална област. (3 часа) - Студентите се разделят на групи по двама. Преподавателят дава основни инструкции за работа, демонстрира мобилизираци масажни техники за торакална лумбална област, след което студентите отработват под контрол показаните техники. Поставят се задачи за самостоятелна работа и самоподготовка за следващото занятие.

4. Мобилизираци масажни техники за долен крайник. (3 часа) - Студентите се разделят на групи по двама. Преподавателят дава основни инструкции за работа, демонстрира мо-

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
Дата: 10.01.2012 г.		
Страница 6 от 9 стр.		

билизиращи масажни техники за долен крайник, след което студентите отработват под контрол показаните техники. Поставят се задачи за самостоятелна работа и самодготовка за следващото занятие.

5. Локализация на тригерните точки и техники за обработка.(3 часа) – Преподавателят запознава студентите с локализацията на тригерните точки, като онагледява чрез използването на подходящи материали. Преподавателят демонстрира техниките за обработка на тригерните точки. Студентите се разделят на групи по двама и отработват под контрол показаните техники.

6. Нервно-мускулни техники – основни принципи на приложение.(2 часа) - Преподавателят запознава студентите с основните нервно-мускулни техники, като онагледява чрез използването на подходящи материали. Разяснява основните принципи за приложение и последователността на работа. Поясняват се показанията и противопоказанията за приложението им.

7. Нервно-мускулни техники – методи на изпълнение.(3 часа) – Преподавателят демонстрира основните нервно-мускулни техники. Студентите се разделят на групи по двама и отработват под контрол показаните техники. Поставят се задачи за самостоятелна работа.

## 7. МЕТОДИ ЗА КОНТРОЛ:


Оценяване знанията на студентите се базира на предварително дефинирани критерии и се формира от **текущ контрол** и **заключителен контрол** с критерии за **формиране на крайна оценка**. В методите за контрол, като критерии за оценка на знанията се имат предвид:

- Пълнота на усвояване на учебния материал;
- Усвоена терминология;
- Ниво на техническо усвояване на похватите;
- Умение за правилно и адекватно комбиниране и приложение на похватите;
- Аналитични умения и способности;
- Умения за формиране на изводи и обобщения;

### 7.1. ТЕКУЩ КОНТРОЛ:

Текущият контрол се базира на учебната активност на студентите по време на учебните занятия. **Присъствието на предвидените по учебния план лекционни и практически занятия по дисциплина, съгласно Чл. 92, ал. 1, т. 1 от Правилник за устройството и дейността на Медицински университет – Плевен и Чл. 19, ал. 1 от Правилник за организацията на учебния процес в МУ – Плевен е задължително и е основание за заверка на семестъра** по учебната дисциплина от страна на преподавателите. Текущият контрол включва демонстрация от студентите на масажни похвати и техники изучени в предходните часове; устно и практическо представяне на знанията и уменията получени по време на теоретичната и практическата им подготовка в часовете. Окончателната оценка от текущият контрол се изчислява по следния начин: **Окончателна оценка от текущ контрол = 0, 5 x оценка на практически умения + 0,5 x оценка на теоретични заная**

Тази оценка има принос при определяне на кредитната оценка и участват при формиране на крайната оценка по учебната дисциплина.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 10.01.2012 г.
		Страница 7 от 9 стр.

## 7.2. ЗАКЛЮЧИТЕЛЕН КОНТРОЛ:

Заклучителният контрол предвижда провеждане на писмен изпит (ПИ) в сесията за втори, четвърти и шести семестър. По изключение, след съгласуване с декана на ФОЗ и преподавателя, заключителният контрол може да се проведе и в края на семестъра, но след приключване на всички предвидени занятия по дисциплината. Изпитът се провеждат по график, обявен от Учебен отдел при спазване реда и процедурите според Правилника на МУ – Плевен.

Изпитът се състои от две части:

Практическа част – По предварително зададени въпроси от изпитен конспект студентите изтеглят два произволни въпроса. Студентите извършват практическа демонстрация на изучения материал. Работи се по двойки.

Теоретична част – По предварително зададен конспект, теоретична разработка на два произволно изтеглени въпроса.

Изпитната оценка в края на обучението по дисциплината се формира от оценката на практическия изпит и от оценката от писменото разработване на два въпроса от изпитния конспект.

**Изпитна оценка = 0,5 x оценка от практическо изпитване + 0,5 x оценката от писменото изпитване.**

## 7.3. ФОРМИРАНЕ НА КРАЙНА ОЦЕНКА:

Крайната комплексна оценка се определя въз основа на окончателната оценка от текущия контрол и изпитната оценка и се получава по следния начин:

**Крайна оценка = 0,4 x окончателна оценка от текущ контрол + 0,6 x изпитна оценка**

Крайната оценка се закръгля

Крайната оценка е по шестобалната система и се закръглява с точност до единица в съответствие със скалата по ECTS. Минималната оценка за приключване на обучението е „Среден 3”, съотнесена с Европейската система за трансфер на кредити.


## 8. СИСТЕМА ЗА НАБИРАНЕ НА КРЕДИТИ:

Общият брой кредити за дисциплината е 3 (кредитни точки) и е определен от учебния план. Разпределението на кредитите за аудиторна заетост и извън аудиторна заетост на студентите става според изискванията на Университетската система за набиране и трансфер на кредити.

Кредити се получават от студента след успешно полагане на семестриален изпит.

## 9. ИЗПИТЕН КОНСПЕКТ:



	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	<b>УЧЕБНА ПРОГРАМА</b>	Издание: П
		Дата: 10.01.2012 г.
		Страница 8 от 9 стр.

### Конспект - теоретична част – 2 семестър

1. Мануални методи за въздействие при мускулни дисфункции.
2. Мекотъканны техники – определение.
3. Предимства на комбинирания метод.
4. Мускулно-енергийни техники, вариации за разтягане при хронични фиброзни промени.
5. Нервно-мускулни техники – определение. Разновидности на НМТ. Методични указания за изпълнение на НМТ.
6. Функционална оценка и мануална мобилизация в областта на гръбначния стълб.
7. Изследвания в шийната област. Анатомио-кинезиологични особености на шийния дял на гръбначния стълб.
8. Симетрия в статичното обременяване на долните крайници.
9. Активен обем на движение. Пасивен обем на движение.
10. Изследване дължината на мускулите от горната част на туловището, раменния пояс и горния крайник.

### Конспект за практическа част – 2 семестър

1. Мобилизащи масажни техники за шийна област
2. Мобилизащи масажни техники раменна област.
3. Мобилизащи масажни техники за горен крайник – лакътна става.
4. Мобилизащи масажни техники за горен крайник – гъривнена става.
5. Мобилизащи масажни техники за лумбална област.
6. Мобилизащи масажни техники за торакална област
7. Мобилизащи масажни техники за долен крайник – тазобедрена става.
8. Мобилизащи масажни техники за долен крайник – колянна става.
9. Локализация на тригерните точки и техники за обработка.

### **СПИСЪК НА ПРЕПОРЪЧВАНАТА ЛИТЕРАТУРА**

1. Крайджикова Л. Мануални методи за мобилизация при мускулно-скелетни дисфункции в областта на гръбначния стълб. Авангард Прима, 2011
2. Желев, В., Л. Крайджикова, М. Войников. Масажи. Авангард, С., 2005.
3. Краев, Т., Л. Тодоров. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк., С., 1991.
4. Горанова, З., Г. Маркова-Старейшинска, Л. Крайджикова. Масажи. ИПБ-НСА, С., 1992.
5. Кирова, Ив. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк., С., 1995.
6. Краев, Т. Учебник по лечебен масаж – специална част. ЕРСИД, С., 2007.


### **АВТОР НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА:**

#### **11. АВТОРИ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА:**

Доц. Таня Мегова д.п.

Ас. Л. Тотева



	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
Дата: 10.01.2012 г.		
Страница 9 от 9 стр.		

**12. АВТОР НА ТЕЗИСИТЕ ЗА ПРАКТИЧЕСКИТЕ УПРАЖНЕНИЯ:**

Ас. Л. Тотева