



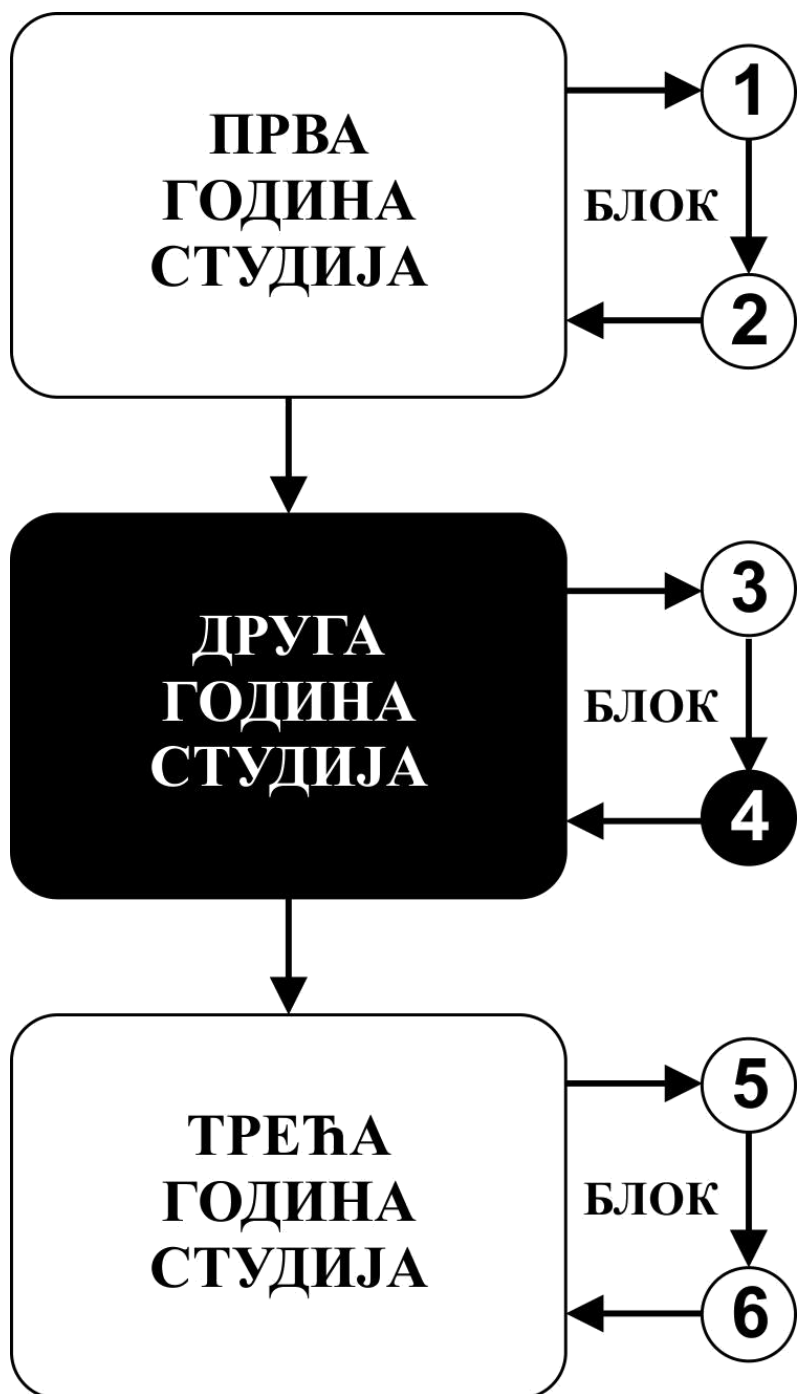
ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ

СТРУКОВНИ ФИЗИОТЕРАПЕУТ

ДРУГА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2020/2021.

ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ



Предмет:

ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

Предмет се вреднује са 6 ЕСПБ. Недељно има 5 часова активне наставе (2 часа предавања и 2 часа вежби).

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ:

РБ	Име и презиме	Email адреса	Звање
1.	Тања Зечевић Луковић	tanjalukovic_kg@yahoo.com	Доцент
2.	Ана Дивјак	anadivjak@gmail.com	Асистент
3.	Јелена Милошевић	jeca0109@gmail.com	Истраживач сарадник

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

Назив предмета	Недеља	Предавања	Вежбе	Наставник-руководилац предмета
Технике масаже	15	2	2	Доц. др Тања Зечевић Луковић
				$\Sigma 30+30=60$

ОЦЕЊИВАЊЕ:

Оцена је еквивалентна броју стечених поена (види табеле). Поени се стичу на следећи начин:

АКТИВНОСТ У ТОКУ НАСТАВЕ: На овај начин студент може освојити до 10 поена: 5 поена за активност на предавањима и 5 поена за активност на вежбама.

ТЕСТ: На овај начин студент може освојити до 20 поена.

ПРАКТИЧНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 10 поена

ЗАВРШНИ УСМЕНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 60 поена. тако што на свако од 5 питања може добити 0-12 поена.

Назив предмета	МАКСИМАЛНО ПОЕНА				
	Активност у току наставе	Тест	Практични испит	Усмени испит	Σ
Технике масаже	10	20	10	60	100
Σ	10	20	10	60	100

Завршна оцена се формира на следећи начин: потребно је да студент стекне 51 поен, да положи усмени испит.

број освојених поена	оцена
0 - 50	5
51 - 60	6
61 - 70	7
71 - 80	8
81 - 90	9
91 - 100	10

ЛИТЕРАТУРА:

НАЗИВ УЦБЕНИКА	АУТОРИ	ИЗДАВАЧ	БИБЛИОТЕКА
Технике масаже	Тања Луковић, Душица Ђорђевић	Медицински факултет, Крагујевац, 2015.	Има

Сва предавања и материјал за рад у малој групи налазе се на сајту Факултета медицинских наука: www.medf.kg.ac.rs

ПРОГРАМ:

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Дефиниција масаже. Историјат масаже Предмет и значај изучавања. Методе рада. Подела масаже Клиничка примена масаже. Технике масаже.</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Појам технике масаже• Разликовати директно и индиректно дејство масаже• Уочити сличности и разлике између појединих техника масаже• Специфичности појединих техника масаже	<p>Евалуација функција локомоторног апарата. Основни анатомски и функционални подаци-мишићи површног и дубоког слоја, крвни и лимфни судови. Трајање масаже. Дејства масаже.</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Упознати се са основним техникама масаже• Разликовати ефекте апаратурне и безапаратурне масаже• Разликовати класичне и традиционалне технике масаже• Упознати се са ограничењима у примени масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 2 (ДРУГА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Везе масаже различитим наукама. Место и улога масаже у рехабилитацији. Услови за просторију, опрему и масера</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Повезаност масаже са другим начинима лечења• Улога масаже у рехабилитационој медицини.• Упознати се са основним историјским подацима и разумети њихов значај за практичну примену масаже	<p>Просторија за масажу Опрема за масажу Масер</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Научити услове које треба испунити да би масажа била правилно изведена• Научити услове које треба да испуни масер• Научити услове који треба да буду у просторији за масажу• Одабрати правилно средство за масажу и опрему

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 3 (ТРЕЋА НЕДЕЉА)

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Мануелна масажа Индикације за мануелну масажу Контраиндикације за мануелну масажу Медијуми који се користе у мануелној масажи</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Научити индикациону област за мануелну масажу• Уочити сличности и разлике међу појединим хватовима• Правилно изабрати хватове и међухватове• Значај медијума који се користе у масажи• Врсте медијума који се користе у масажи	<p>Основни хватови у мануелној масажи Хват глађења Хват трљања Хват гњечења Хват лупкања Хват вибрација</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Приказати просторију за масажу и услове које треба да испуни• Практично извести основне хватове• Научити индикације за поједине хватове• Научити контраиндикације за поједине хватове

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 4 (ЧЕТВРТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Припрема пацијента за масажу Припрема масера Приказ масажних хватова Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Приказати средњи физиолошки положај руке масираног • Приказати средњи физиолошки положај ноге масираног • Научити основне хватове • Научити правац извођења, јачину притиска и клиничке ефекте сваког хвата понаособ 	Међухватови у мануелној масажи Индикације и контраиндикације за мануелну масажу. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Практично извести међухватове • Усвојити правилан положај масера и масираног • Димензије стола за масажу

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 5 (ПЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Физиолошко дејство масаже на поједине органе и системе: дејство на кожу, на поткожно ткиво, дејство на мишиће, дејство на КВС, дејство на РС, дејство на нервни сиситем. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити ефекте масаже на кожу • Научити ефекте масаже на здрав и болестан мишић • Научити ефекте масаже на централни НС, периферни НС, вегетативни НС • Научити ефекте масаже на КВС • Научити ефекте масаже на РС 	Обнављање анатомских, физиолошких и топографских података значајних за извођење масаже. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Уочити значај познавања анатомије и физиологије за квалитетно извођење масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 6 (ШЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Основни појмови из рефлексне масаже. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити врсте рефлексне масаже • Научити принципе дејства рефлексне масаже • Овладати техником извођења рефлексне масаже • Периостна масажа-основни принципи извођења, дејства, индикациона област 	Приказ филма о рефлексној масажи. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Уочити специфичности стопала као регије за масажу • Издвојити специфичности рефлексне масаже • Научити врсте рефлексне масаже • Научити принципе дејства рефлексне масаже • Овладати техником извођења рефлексне масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 7 (СЕДМА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Масажа лица и врата Самомасажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити основне принципе извођења, дејства, индикациону област за масажу лица • Научити основне принципе извођења, дејства, индикациону област за самомасажу 	Практични приказ масаже лица и врата Приказ самомасаже Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Издвојити специфичности масаже лица • Научити индикациону област за масажу лица • Научити принципе дејства самомасаже • Овладати техником извођења само-масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 8 (ОСМА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Мануелна лимфна дренажа и њене специфичности. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити принципе извођења МЛД • Научити индикације за МЛД • Научити контраиндикације за МЛД • Научити правила за извођење МЛД • Научити технике примене МЛД 	Практично извођење МЛД Дозирање МЛД Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Дискусија о филму • Специфичности дозирања МЛД • Научити заграбни хват • Научити заокретни хват • Научити хват пумпања

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 9 (ДЕВЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Парцијална и општа масажа Масажа трупа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити механизам дејства и опште ефекте мануелне масаже • Научити врсте масаже према намени • Научити врсте масаже према величини третиране регије • Научити индикације за масажу трупа 	Практични приказ масажних хватова на регији груди Практични приказ масажних хватова на регији трбуха Практични приказ масажних хватова на регији леђа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Овладати техником извођења масаже грудног коша • Овладати техником извођења масаже трбуха • Овладати техником извођења масаже леђа

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 10 (ДЕСЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Масажа горњих екстремитета Масажа доњих екстремитета Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Овладати техником извођења масаже екстремитета • Овладати техником извођења масаже лица • Научити редослед извођења извођења масаже • Обновити топографску анатомију регије • Научити специфичности масаже екстремитета 	Парцијална и тотална масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Сличности и разлике парцијалне и тоталне масаже • Козметичка масажа

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 11 (ЈЕДАНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Туина масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити ефекте туина и шијаца масаже на организам • Научити технике туина и шијаца масаже • Научити индикације за туина и шијаца масажу • Уочити разлике у односу на класичне технике масаже • Појам здравља у традиционалној медицини 	Апаратурна масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити ефекте пнеумомасаже • Апарат за пнеумомасажу • Научити ефекте вибромасаже • Апарат за вибромасажу • Научити ефекте хидромасаже • Апарат за пнеумомасажу

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 12 (ДВАНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Медицинска масажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Масажа код интернистичког болесника • Масажа код неуролошког болесника • Масажа код реуматолошког болесника • Приказати положаје за извођење медицинске масаже-седећи, лежећи потрбушни, лежећи на леђима 	<p>Положај масираног у току медицинске масаже</p> <p>Трајање и специфичности</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Масажа код обстипације • Масажа код Carpal tunnel SY • Масажа код Mb Bechterew

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 13 (ТРИНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Трудноћа и масажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити специфичности трудноће • Научити проблеме који прате физиолошку и патолошку трудноћу у првом, другом и трећем триместру трудноће • Научити могућности техника масаже у трудноћи • Избор техника масаже у трудноћи 	<p>Избор положаја за масажу труднице</p> <p>Трајање масаже труднице</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Специфичности трудноће-анатомске, физиолошке и њихов значај за масажу • Услови за масажу труднице • Технике примене масаже труднице • Правила извођења самомасаже труднице

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 14 (ЧЕТРНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Масажа спортиста</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити анатомске и физиолошке специфичности спортиста • Припремна и одмарајућа масажа спортиста-сличности и разлике • Научити специфичности масаже код различитих спортова: спортова са лоптом, спортова на води,борилачких.. 	<p>Самомасажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити предности и недостатке самомасаже у односу на класичну масажу • Приказ самомасаже ногу • Приказ самомасаже трбуха • Приказ самомасаже груди • Приказ самомасаже леђа и бокова • Приказ самомасаже врата и рамена

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 15 (ПЕТНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Репетиторијум</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Евалуација целокупног градива 	<p>Практични рад студената са пацијентима по избору</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практични рад студената са пацијентима по избору

РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА

ФМН ПЛАТФОРМА

ПОНЕДЕЉАК

13:00 – 14:30

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

ФМН ПЛАТФОРМА

ПОНЕДЕЉАК

15:00-16:30

[Распоред наставе и модулских тестова](#)

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
1	П	Појам, подела, историјат масаже	Доц. др Тања Луковић
	В	Евалуација функција локомоторног апарата	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
2	П	Услови, опрема, просторија за масажу и масер	Доц. др Тања Луковић
	В	Опрема, просторија за масажу и масер	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
3	П	Индикације и контраиндикације за мануелну масажу. Хватови	Доц. др Тања Луковић
	В	Медијуми у масажи, масажни хватови у мануелној масажи	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
4	П	Припрема и положаји масера и масираног. Средства за масажу	Доц. др Тања Луковић
	В	Масажни међухватови	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
5	П	Ефекти мануелне масаже на поједине системе	Доц. др Тања Луковић
	В	Практични приказ мануелне масаже	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
6	П	Рефлексна масажа	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ филма о рефлексној масажи	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
7	П	Масажа лица. Масажа врата. Самомасажа	Доц. др Тања Луковић
	В	Специфичности масаже лица. Начин извођења самомасаже	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
8	П	Мануелна лимфна дренажа	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ хватова у мануелној лимфној дренажи	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
9	П	Масажа трупа	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже груди, трбуха и леђа	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
10	П	Масажа екстремитета	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже екстремитета	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
11	П	Туина масажа , Шијаца масажа	Доц. др Тања Луковић
	В	Специфичности егзотичних масажних техника	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
12	П	Медицинска масажа	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже код појединих болести	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
13	П	Масажа трудница	Доц. др Тања Луковић
	В	Положаји за масажу трудница	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
14	П	Масажа спортиста	Доц. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже код спортиста различитих дисциплина	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
15	П	Репетиторијум	Доц. др Тања Луковић
	В	Практични рад студената са пацијентима по избору	Др Ана Дивјак Др Јелена Милошевић
		ИСПИТ	