

федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский  
университет имени академика И.П. Павлова»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

**УТВЕРЖДЕНО**

на заседании Методического Совета  
ПСПбГМУ им. И.П. Павлова

«6» мая 2019 г., протокол №59

проректор по учебной работе,

председатель Методического Совета

профессор \_\_\_\_\_ А.И. Яременко



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

|                   |  |
|-------------------|--|
| По дисциплине     | <u>Массаж</u>  |
| Для специальности | <u>49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Бакалавриат</u><br><u>(наименование и код специальности)</u> |
| Форма обучения    | <u>Заочная</u>   |
| Отделение         | <u>Адаптивной физической культуры</u>  |
| Кафедра           | <u>Медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры</u>   |

Санкт-Петербург  
2019

Рабочая программа по дисциплине «Массаж» составлена на основании ФГОСЗ++ ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)», утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации, приказ от 19 сентября 2017 г. № 942. Рабочая программа составлена в соответствии с Основной профессиональной программой высшего образования (программа академического бакалавриата) и Учебным планом подготовки бакалавров, заочная форма обучения

Составитель рабочей программы:

ассистент



Шевченко А.А

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры Медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры, протокол №12 от 12.03.2019 г.

Заведующая кафедрой Медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

профессор, д.м.н.

  
(подпись)

А.А. Потапчук  
(расшифровка фамилии И. О.)

Рабочая программа дисциплины одобрена **цикловой методической комиссией** по психолого – педагогическим дисциплинам ПСПбГМУ им.И.П.Павлова «25» апреля 2019 г., протокол №31.

Председатель цикловой методической комиссии

профессор, д.психол.н,  
(ученое звание или ученая степень)

  
(подпись)

Е.Р.Исаева  
(Расшифровка фамилии И. О.)

### **1. Цели и задачи дисциплины:**

**Цель** дисциплины «Массаж» - сформировать у студентов понятие о массаже, как важной части профессионально – педагогической деятельности специалиста по адаптивной физической культуре в области медицинской реабилитации, реабилитации в спорте, при работе с больными, инвалидами, а также профилактической деятельности в области оздоровительных технологий. Дисциплина включает изучение принципов организации процедуры массаж и различных его методик, уделяя особое внимание роли массажа как традиционного, исторического метода лечения и профилактики.

**Задачами** учебной дисциплины являются:

- изучение истории развития массажа, анатомо-физиологических, гигиенических основ массажа, показаний и противопоказаний к массажу;
- изучение физиологических механизмов влияния массажа на системы, органы и организм человека в целом;
- получение навыков различных методик, техник, приемов массажа;
- изучение особенностей видов лечебного, спортивного, оздоровительного массажа;
- изучение сочетанного применения массажа с другими физическими методами в лечебной и спортивной практике;
- изучение использования массажа в условиях различных типов медицинских и спортивных учреждений;
- изучение особенностей применения массажа в процессе реабилитации инвалидов, больных и спортсменов разных возрастов.
- умение работать в команде специалистов (врач, тренер, учитель)

### **2. Место дисциплины в структуре ООП:**

«Массаж» относится к дисциплинам профиля «Физическая реабилитация» учебного плана университета при подготовке выпускника, соответствующего квалификации (степени) бакалавра по направлению 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. В структуре ООП трудоемкость дисциплины массаж составляет 5 зачетные единицы/180 часов. Преподается на 2 курсе в 4 семестре. Относится к обязательным дисциплинам вариативной части учебного плана, индекс Б1.В.ОД.20.

### **3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

#### **- Общепрофессиональные компетенции (ОПК)**

ОПК-8. Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья

#### **- Обязательные профессиональные компетенции (ПКО)**

ПКО – 1. Способен организовывать и проводить групповые и индивидуальные занятия по физической реабилитации с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающихся

#### **- Профессиональные компетенции (ПК)**

ПК – 1. Способен организовывать и проводить групповые и индивидуальные занятия по физической реабилитации с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом основного дефекта и психофизического состояния

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:**

- историю возникновения и развития массажа в разных странах и в России;
- понятие о разновидностях массажа;
- механизмы физиологического влияния массажа на организм человека;
- противопоказания к массажу;
- показания к массажу в лечебной практике;
- показания к массажу в спорте;
- особенности массажа в детском возрасте;
- особенности массажа для лиц пожилого возраста.

**Уметь:**

- уметь обосновать назначение процедуры массажа;
- выбрать вид массажа;
- назначить методику лечебного, спортивного, профилактического и других видов массажа;
- сочетать массаж с другими физическими методами лечения;
- выполнять учет и отчетность процедуры и курса массажа;
- обучать пациентов методике самомассажа;
- оценивать эффективность применения процедуры.

**Владеть навыками:**

- ручного классического массажа (приемы, техники, методики, виды);
- лечебного массажа при терапевтических, хирургических, неврологических заболеваниях, в ортопедии и травматологии, в педиатрии;
- оздоровительного массажа для взрослых и детей;
- элементами точечного, аппаратного, косметического массажа.

**4. Объем дисциплины и виды учебной работы. ФГОС3++**

| Вид учебной работы                                   | Всего часов<br>/ зачетных<br>единиц | Семестр   |
|--|-------------------------------------|-----------|
|  |                                     | 4         |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>                    | 20                                  | 20        |
| В том числе:   |                                     |           |
| Лекции (Л)   | 4                                   | 4         |
| Практические занятия (ПЗ)                            | 16                                  | 16        |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>                | 157                                 | 157       |
| В том числе:   |                                     |           |
| Реферат (написание и защита)                         | 10                                  | 10        |
| Другие виды самостоятельной работы                   | 147                                 | 147       |
| <b>Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)</b> | экзамен 3                           | экзамен 3 |
| <b>Общая трудоемкость</b>                            | 180ч                                | 180ч      |
|  | 5 з.е.                              | 5 з.е.    |

**5. Содержание дисциплины**

### 5.1 Учебно-тематическое планирование дисциплины

| №<br>п/п | Наименование раздела<br>дисциплины                                       | Л | ПЗ | СРС | Всего<br>часов |
|----------|--|---|----|-----|----------------|
| 1.       | Раздел 1. Основы массажа.  | 4 | -  | 8   | 12             |
| 2.       | Раздел 2. Приемы и техники массажа.                                      | - | 8  | 64  | 72             |
| 3.       | Раздел 3. Частные методики массажа.                                      | - | 8  | 58  | 66             |
| 4.       | Раздел 4. Специальные виды мануальных воздействий и сочетанные методики. | - | -  | 8   | 8              |
| 5.       | Подготовка и написание реферата  | - | -  | 10  | 10             |
| 6.       | Подготовка к зачету по дисциплине  | - | -  | 9   | 9              |
| 7.       | экзамен  | - | -  | -   | 3              |
| 8.       | Всего часов  | 4 | 16 | 157 | 180            |

### 5.2 Содержание по темам (разделам) дисциплины

| №<br>п/п | Наименование<br>раздела<br>дисциплины<br>ФГОС3++ | Содержание темы  | Формируемые<br>компетенции |
|----------|--|--|----------------------------|
| 1.       | Раздел 1. Основы массажа                         | Введение в дисциплину. История метода.<br>Понятие о массаже.<br>Классификация массажа.<br>Система массажа.<br>Физиологическое влияние массажа на организм.<br>Показания и противопоказания.<br>Гигиенические основы массажа.<br>Организация лечебного процесса в кабинете массажа. | ОПК – 8<br>ПКО-1<br>ПК-1   |
| 2.       | Раздел 2. Приемы и техники массажа               | Приемы классического массажа<br>Техники классического массажа<br>Методики массажа.<br>Общий массаж.<br>Аппаратный массаж, основы.<br>Периостальный массаж, основы.<br>Соединительнотканый массаж, основы.  | ОПК – 8<br>ПК-1            |
| 3.       | Раздел 3. Частные методики массажа               | Лечебный массаж.<br>Гигиенический массаж<br>Детский массаж.<br>Спортивный массаж.<br>Косметический массаж  | ОПК – 8<br>ПКО-1<br>ПК-1   |
| 4.       | Раздел 4. Специальные виды мануальных            | Понятие о мануальной терапии.<br>Понятие об остеопатии.<br>Понятие о ПИР.  | ОПК – 8<br>ПКО-1           |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | воздействий и<br>сочетанные<br>методики | Рефлексотерапия. Точечный массаж.<br>Сочетание массажа с движением,<br>физиотерапевтическими методами в лечении<br>и спорте |  |
|--|---|---|--|

### 5.3. Лекции

| №<br>п/<br>п | Название тем лекций дисциплины по ФГОСЗ++            | Объем по<br>семестрам |
|--------------|--|-----------------------|
|              |  | 4                     |
| 1            | Введение в дисциплину «массаж». Организация массажа. | 2                     |
| 2            | Роль массажа в системе медицинской реабилитации.     | 2                     |
|              | Всего за дисциплину                                  | 4                     |

### 5.4. Практические занятия

| №<br>п/п | Название тем практических занятий дисциплины по ФГОСЗ++  | Объем по<br>семестрам |
|----------|--|-----------------------|
|          |  | 4                     |
| 1.       | Приемы массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация.  | 4                     |
| 2.       | Массаж отдельных областей тела. Массаж головы, лица, шеи. Массаж верхних конечностей. Массаж груди и живота. Массаж спины, поясничной области и таза. Массаж нижних конечностей. | 4                     |
| 3.       | Частные методики массажа.  | 6                     |
| 4.       | Сочетание массажа с другими лечения и профилактики.  | 2                     |
| 5.       | Всего за дисциплину  | 16                    |

### 5.5. Лабораторные работы

Лабораторные работы не предусмотрены.

### 5.6. Семинары

Семинары не предусмотрены.

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

### а) основная литература: (за последние 5-10 лет)

- 1) Погосян, М.М. Лечебный массаж: учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» : в 2 т. Т. 1 / М.М. Погосян; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - 2018.
- 2) Погосян, М.М. Лечебный массаж: учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» : в 2 т. Т. 2 / М.М. Погосян; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - 2018.

### б) дополнительная литература (старше 10 лет)

- 1) Массаж в детском возрасте : учеб. пособие для мед. вузов / А. А. Потапчук, С. В. Матвеев, М. Д. Дидур. - СПб. : Речь ; М. : Сфера, 2010. - 317 с. : ил., табл - НО (4), ЧЗ (3) Ш/1931д

**7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине:**

**7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и количества академических часов для проведения занятий клинического практического типа по темам (разделам)**

| № п/п | Контролируемые темы (разделы) дисциплины   | Код контролируемой компетенции (или ее части) по этапам формирования в темах (разделах) | Наименование оценочного средства, в академич. часах   |
|-------|--|---|---|
| 1.    | Раздел 1. Тема 1.1. Введение в дисциплину. Понятие о массаже. Классификация массажа.   | ОПК – 8<br>ПКО-1  | Тестовые задания 0,2<br>Защита доклада (реферата) 0,9<br>Всего за тему 1,1<br>акад.ч. (≈50мин за 1 уч. день)  |
| 2.    | Тема 1.2. Система массажа. Физиологическое влияние массажа на организм. Показания и противопоказания.<br>Тема 1.3. Гигиенические основы массажа.<br>Организация лечебного процесса в кабинете массажа. | ОПК – 8<br>ПКО-1  | Тестовые задания 0,3<br>Опрос или письменная контрольная работа 0,4<br>Защита доклада (реферата) 1,0<br>Оценка выполнения практического навыка или решение ситуационных задач часов 0,5<br>Всего за раздел 2, 2 (≈100мин за 2дня) |
| 3.    | Раздел 2. Тема 2.1. Приемы классического массажа. Техники классического массажа.   | ОПК – 8<br>ПКО-1  | Тестовые задания или письменная контрольная работа 0,3<br>Защита доклада (реферата) 1,8<br>Всего за тему 1,1<br>акад.ч. (≈50мин за 1 уч. день)  |
| 4.    | Раздел 2. Тема 2.2. Методики массажа. Общий массаж. Тема 2.3. Аппаратный массаж, основы. Периаппаратный массаж, основы. Соединительнотканый массаж,  | ОПК – 8<br>ПКО-1  | Опрос 0,5<br>Оценка выполнения практического навыка 0,6<br>Всего за тему 1,1  |

|                |  |                  |   |
|----------------|--|------------------|---|
|                | основы.  |                  | акад.ч. (≈50мин за 1день)   |
| 5.             | Раздел 3. Частные методики. Тема 3.1. Лечебный массаж. Тема 3.2. Гигиенический массаж. Тема 3.3. Тема 3.4. Детский массаж. Тема 3.5. Спортивный массаж. Тема 3.6. Косметический массаж   | ОПК – 8<br>ПКО-1 | Тестовые задания 0,5<br>Опрос или письменная контрольная работа 1,0<br>Защита доклада (реферата)1,4.<br>Оценка выполнения практического навыка или решение ситуационных задач часов 1,5<br>Всего за раздел 4,4<br>акад.ч. (≈200мин за 4 уч.дня) |
| 6.             | Раздел 4. Тема 4.1. Понятие о мануальной терапии. Тема 4.2. Понятие об остеопатии. Тема 4.3. Понятие о ПИР. Тема 4.4. Рефлексотерапия. Тема 4.5. Точечный массаж. Тема 4.6. Сочетание массажа с движением, физиотерапевтическими методами в лечении и спорте | ОПК – 8<br>ПКО-1 | Тестовые задания 0,3<br>Опрос или письменная контрольная работа 1,0<br>Защита доклада (реферата) 1,0<br>Оценка выполнения практического навыка или решение ситуационных задач часов 1,0<br>Всего за раздел 3,3<br>акад.ч. (≈150 мин за 3 дня)   |
| Вид аттестации |  |                  | Зачет, 1 акад.ч.  |

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Экзамен |   |   |   |
|---------|---|---|---|
| № п/п   | Описание показателей оценочного средства  | Представление оценочного средства в фонде   | Критерии и описание шкал оценивания   |
| 1.      | 1-я часть экзамена: выполнение электронного тестирования (аттестационное испытание промежуточной аттестации с использованием тестовых систем) и заданий, определяющих уровень | Набор стандартизированных заданий (тестов)<br>Набор понятийных заданий открытого типа<br>Перечень специализированных вопросов | При оценке тестирования количество баллов равно количеству правильных ответов<br>10 - правильные ответы на все вопросы<br>9 - неправильный ответ на 1 вопрос<br>8 - неправильный ответ на 2 вопроса<br>7 - неправильный ответ на 3 вопроса<br>6 - неправильный ответ на 4 вопроса<br>5 - неправильный ответ на 5 вопросов<br>4 - неправильный ответ на 6 вопросов |



|    |  |  |  |
|----|--|--|--|
|    | теоретических знаний   |  | <p>3 - неправильный ответ на 7 вопросов<br/> 2 - неправильный ответ на 8 вопросов<br/> 1- неправильный ответ на 9 вопросов<br/> 0 - неправильные ответы на 10 вопросов</p> <p>Принимая во внимание соответствие критерия оценки по десяткам вопросов</p> <p>Оценка теоретических знаний<br/> За устный опрос, наличие конспектов занятий, написание контрольной работы выставаются баллы (за каждый вид работы):<br/> 5 баллов – «отлично»<br/> 4 балла – «хорошо»<br/> 3балла - «удовлетворительно»<br/> 2 балла - «плохо»<br/> 1 балл - «очень плохо»<br/> 0 баллов - «работа не выполнена»</p>  |
| 2. | 2-я часть экзамена: выполнение обучающимися практико-ориентированных заданий (аттестационное испытание промежуточной аттестации, проводимое устно) | Решение ситуационной задачи<br>Демонстрация практического навыка, умения | <p>Решение ситуационных задач, написание комплекса упражнений, демонстрацию практических навыков, презентацию и доклад выставаются баллы (за каждый вид работы):<br/> 5 баллов – «отлично»<br/> 4 балла – «хорошо»<br/> 3балла - «удовлетворительно»<br/> 2 балла - «плохо»<br/> 1 балл - «очень плохо»<br/> 0 баллов - «работа не выполнена»</p> <p>Критерии оценки реферата<br/> 0 баллов – тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям;<br/> 1 балл – тема раскрыта не полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников;<br/> 2 балла - тема раскрыта полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников; используется иллюстративный материал;<br/> 3 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 5-6 литературных источников; используется иллюстративный материал;</p> |

|    |  |   |  |
|----|--|---|--|
|    |  |   | <p>4 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 6-8 литературных источников; используется иллюстративный материал;</p> <p>5 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано более 10 литературных источников; используется иллюстративный материал;</p> |
| 3. | Всего баллов за промежуточную аттестацию | от 25 до 40   | <p>- отлично «5» - 36-40 б.</p> <p>- хорошо «4» - 31-35 б.</p> <p>- удовлетворительно «3» -25-30 б.</p> <p>- неудовлетворительно 0-24 б.</p>   |
| 4. | Итоговый рейтинг                         | <p>Итоговая оценка за зачет выставляется преподавателем в совокупности на основе оценивания результатов электронного тестирования обучающихся, оценки теоретических знаний и выполнения ими практико-ориентированной части зачета</p> <p>Итоговая оценка, как рейтинг видов образовательной деятельности обучающихся по направлениям подготовки 060101 Лечебное дело по дисциплине «Медицинская реабилитация», представлен в приложении 1.</p> <p>Соответствие баллов БРС и четырехбалльной шкалы оценивания:</p> <p>0-60 баллов - неудовлетворительно</p> <p>61-73балла - удовлетворительно</p> <p>74-84 балла - хорошо</p> <p>85-100 баллов - отлично</p> |  |

### **7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования знаний, умений, навыков и опыта деятельности**

#### **Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Массаж»**

1. Возникновение и развитие классического массажа.
2. История развития массажа в России. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
3. Дать определение массажа. Основные виды массажа. Физиологическое воздействие массажа на организм человека. Показания и противопоказания к проведению массажа. Правила проведения массажа.
4. Дать определение спортивного, точечного, сегментарно-рефлекторного массажа. Показания, противопоказания к применению. Техника выполнения. Принципы их воздействия на организм человека.

5. Основные приемы классического массажа. Техника выполнения, временные затраты, воздействие на организм. Показания, противопоказания к назначению массажа.
6. Назовите методы, формы массажа и дайте им характеристику.
7. Что означает понятие "прием" в ручном массаже? Как понять "перпендикулярное" положение по отношению к массируемой части тела? Можно ли делать массаж в исходном положении пациента стоя, сидя?
8. Можно ли при механическом массаже использовать масло, лекарственные мази? Что такое баночный массаж? Дайте определение криомассажу.
9. Дайте классификацию спортивного массажа.
10. Методика проведения самомассажа.
11. Дайте определение косметическому массажу.
12. Статические деформации позвоночника. Задачи и методика массажа при статических деформациях позвоночника.
13. Наиболее часто встречающиеся деформации стоп. Причины развития. Задачи и методика массажа.
14. Артриты и артрозы. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
15. Остеохондроз позвоночника. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
16. Переломы костей конечностей. Задачи и методика массажа в различные периоды болезни.
17. Компрессионные переломы позвоночника. Задачи массажа в различные периоды травмы.
18. Показания и противопоказания к проведению массажа при спортивных травмах. Задачи и методика массажа.
19. Задачи и методика массажа при травматических повреждениях мягких тканей в различные периоды болезни.
20. Показания и противопоказания к проведению массажа при заболеваниях ССС. Задачи и методика массажа.
21. Ишемическая болезнь сердца (ИБС). Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
22. Гипертоническая болезнь. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
23. Хроническая сердечная недостаточность. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
24. Показания и противопоказания к проведению массажа при заболеваниях органов дыхания. Основы массажа при заболеваниях органов дыхания.
25. Пневмония. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
26. Бронхит. Противопоказания к проведению, задачи и методика массажа.
27. Бронхиальная астма. Задачи и методика массажа. Сочетание с ЛФК.
28. Основы массажа при заболеваниях органов ЖКТ и мочеполовой системы.
29. Ожирение. Задачи и методика массажа. Сочетание с ЛФК.
30. Сахарный диабет. Задачи и методика массажа. Сочетание с ЛФК.
31. Основы массажа при заболеваниях ЦНС. Сочетание с ЛФК.
32. Инсульт. Задачи и методика массажа. Сочетание с ЛФК.
33. Вялые и спастические параличи, парезы. Задачи и методика массажа. Сочетание с ЛФК.
34. Закаливание детей раннего возраста. Влияние физических упражнений и массажа на детский организм.
35. Проведения массажа у детей раннего возраста.

**Тестирование (примеры):**

1. Противопоказаниями к назначению массажа являются а) гнойничковые, воспалительные поражения кожи б) наличие или угроза кровотечения в) тромбоз сосудов г) обширные нарушения целостности кожных покровов д) все ответы правильные
2. Различают следующие приемы классического массажа а) поглаживание б) растирание в) разминание г) вибрация д) все ответы правильные
3. Массаж представляет собой совокупность \_\_\_\_\_ механического дозированного воздействия. (приемов)

#### Ситуационные задачи:

1. Продемонстрировать методику массажа при продольном плоскостопии.
2. Продемонстрировать методику массажа при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
3. Продемонстрировать методику массажа при бронхите.

#### Критерии оценки:

- 5 баллов – «отлично»
- 4 балла – «хорошо»
- 3 балла - «удовлетворительно»
- 2 балла - «слабо»
- 1 балл - «плохо»
- 0 баллов - «работа не выполнена»

#### Образец экзаменационного билета:

|   |                            |
|---|----------------------------|
| Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет им. академика И.П.Павлова Министерства здравоохранения и социального развития РФ»<br><b>Кафедра медицинской реабилитации и АФК</b> |                            |
| Направление<br><b>«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», код 49.03.02</b>  | Дисциплина <b>«Массаж»</b> |
|   | Семестр 4                  |
| <b>Экзаменационный билет №15</b>  |                            |
| 1. История развития массажа в России, роль наших соотечественников в его развитии.  |                            |
| 2. Основные приемы классического массажа. Показания, противопоказания к назначению массажа.   |                            |
| 3. Показания и противопоказания к проведению массажа при спортивных травмах. Задачи и методика массажа.   |                            |
| Утверждаю<br>Зав. Кафедрой _____ А.А.Потапчук<br>(подпись)<br>«__» _____ 20__ года  |                            |

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **а) основная литература:**

- 1) Погосян, М.М. Лечебный массаж: учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» : в 2 т. Т. 1 / М.М. Погосян; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - 2018.
- 2) Погосян, М.М. Лечебный массаж: учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» : в 2 т. Т. 2 / М.М. Погосян; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - 2018.

### **б) дополнительная литература:**

- 1) Дидур М.Д., Комашня А.В. Основы реабилитации (ЛФК и массаж). - СПбГМУ:2008. – 34 с. Содержание: Указания по основам массажа и его практическому применению.
- 2) Копалина Т.В. Пособие по динамической анатомии для опорно-двигательного аппарата для изучающих мануальную медицину.-СПбГМУ, 2004-30с. Содержание: динамическая анатомия и биомеханика опорно-двигательной системы.
- 3) Куничев Л.А. Лечебный массаж. Практическое руководство. – Киев: Вища школа, 1981.- 328с. Содержание: техника и методики массажа при заболеваниях у взрослых.
- 4) Массаж в детском возрасте : учеб. пособие для мед. вузов / А. А. Потапчук, С. В. Матвеев, М. Д. Дидур. - СПб. : Речь ; М. : Сфера, 2010. - 317 с. : ил., табл - НО (4), ЧЗ (3) Ш/1931д
- 5) Попова Н.М., Харламов Е.В. Гимнастика и массаж детей от рождения до года. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д.: ИЦ «МарТ», 2005. – 192с. Содержание: техника и методики массажа у детей первого года жизни.

## **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины**

### **Электронные базы данных:**

1. Консультант студента. Электронная библиотека студентов  
<http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970431672.html>
2. Сайт «Союз реабилитологов России», клинические рекомендации в свободном доступе  
<http://rehabrus.ru/materialyi/normativnaya-baza-i-klinicheskie-rekomendaczii>
3. Библиотека PubMed <https://www.univadis.ru/pubmed>

### **Периодические издания:**

1. Адаптивная физическая культура – <http://www.afkonline.ru/biblio.html>
2. Вестник спортивной науки – [http://www.vniifk.ru/arhiv\\_vsn.php](http://www.vniifk.ru/arhiv_vsn.php)
3. Вестник Российского международного олимпийского университета – <http://www.olympicuniversity.ru/ru/publishing/periodicals>
4. Вестник педагогики физической культуры и спорта – <http://www.ped-vestnik.ru/>
5. Вестник спортивной медицины России – <http://vvmr.ru/>
6. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры – <https://mediasphera.ru/journal/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>
7. Наука в олимпийском спорте – <http://sportnauka.org.ua/>
8. Олимпийская панорама – <http://www.op-media.ru>
9. Вестник Олимпиады – <http://www.stroyolimpic.ru/about/>
10. Теория и практика физической культуры – <http://www.teoriya.ru/ru>
11. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка – <http://www.teoriya.ru/ru>
12. Физкультура и спорт – <http://fismag.ru/>

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

### **10.1. Характеристика особенностей технологий обучения в Университете**

В ГБОУ ВПО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова освоение образовательных программ проводится с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Для этого создана и функционирует электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС), включающая в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы. ЭИОС обеспечивает освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. Есть электронные библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным, справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам. (Контракт № 510/15-ДЗ от 10/06/2015 с ООО "Эко-Вектор"; Контракт № 509/15-ДЗ от 03/06/2015 с ООО "Политехресурс"; Контракт №161-ЭА15 от 24/04/2015 с ООО "Эко-Вектор"). База тестовых заданий и справочных материалов создана в программе academicNT.

### **10.2 Особенности работы обучающегося по освоению дисциплины «Массаж»**

Обучающиеся при изучении учебной дисциплины используют образовательный контент, а также методические указания по проведению определенных видов занятий, рекомендации и пособия по данной дисциплине по работе с ним, разработанные профессорско-преподавательским составом (ППС) кафедры.

Успешное усвоение учебной дисциплины «Массаж» предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной работы. Обучающийся должен активно участвовать в выполнении видов практических работ, определенных для данной дисциплины. Проводимые на клинических практических занятиях различных модульных тестирований и дают возможность непосредственно понять алгоритм применения теоретических знаний, излагаемых на лекциях и в учебниках.

В этой связи при проработке лекционного материала обучающиеся должны иметь в виду, что в лекциях раскрываются наиболее значимые вопросы учебного материала. Остальные осваиваются обучающимися в ходе других видов занятий и самостоятельной работы над учебным материалом.

Следует иметь в виду, что все разделы и темы дисциплины «Массаж» представлены в дидактически проработанной последовательности, что предусматривает логическую стройность курса и продуманную систему усвоения обучающимися учебного материала, поэтому нельзя приступать к изучению последующих тем (разделов), не усвоив предыдущих.

### **10.3 Методические указания для обучающихся по организации самостоятельной работы в процессе освоения дисциплины**

| Вид работы   | Контроль выполнения работы |
|--|----------------------------|
| Подготовка к аудиторным занятиям (проработка учебного материала по конспектам лекций и учебной литературе) | Собеседование              |
| Работа с учебной и научной литературой   | Собеседование              |
| Ознакомление с видеоматериалами электронных ресурсов   | Собеседование              |
| Самостоятельная проработка отдельных тем учебной дисциплины в соответствии с учебным планом                | Тестирование               |

|   |  |
|---|--|
| Подготовка и написание рефератов, докладов на заданные темы   | Проверка рефератов, докладов                             |
| Выполнение индивидуальных домашних заданий (решение клинических задач, перевод текстов, проведение расчетов, подготовка клинических разборов) | Собеседование<br>Проверка заданий<br>Клинические разборы |
| Участие в научно-исследовательской работе кафедры   | Доклады<br>Публикации                                    |
| Участие в научно-практических конференциях, семинарах   | Предоставление сертификатов участников                   |
| Работа с тестами и вопросами для самопроверки   | Тестирование<br>Собеседование                            |
| Подготовка ко всем видам контрольных испытаний  | Тестирование<br>Собеседование                            |

### Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Массаж»

| №<br>п/п | Название тем СРС дисциплины по ФГОС3++   | Объем по семестрам |
|----------|--|--------------------|
|          |  | 4                  |
| 1.       | Понятие о массаже. Классификация видов массажа. Характеристика ручного классического массажа.                | 8                  |
| 2.       | Приемы массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация.  | 12                 |
| 3.       | Массаж отдельных областей тела. Массаж головы, лица, шеи. Массаж верхних конечностей. Массаж груди и живота. | 14                 |
| 4.       | Массаж отдельных областей тела. Массаж спины, поясничной области и таза. Массаж нижних конечностей.          | 14                 |
| 5.       | Общий массаж. Гигиенический массаж. Роль массажа в системе закаливания, здорового образа жизни. Самомассаж.  | 12                 |
| 6.       | Аппаратный массаж.   | 4                  |
| 7.       | Периостальный. Соединительнотканый массаж. Точечный массаж   | 8                  |
| 8.       | Частные методики массажа.  | 6                  |
| 9.       | Лечебный массаж в терапии и хирургии.  | 8                  |
| 10.      | Лечебный массаж в неврологии.  | 12                 |
| 11.      | Лечебный массаж в травматологии и ортопедии.   | 12                 |
| 12.      | Особенности массажа в детской практике. Массаж в гериатрии.  | 8                  |
| 13.      | Основы спортивного массажа. Массаж в условиях тренировочного процесса и во время соревнований.               | 6                  |
| 14.      | Основы спортивного массажа. Массаж в отдельных видах спорта.   | 6                  |
| 15.      | Специальные виды мануальных воздействий.   | 8                  |
| 16.      | Подготовка и написание реферата  | 10                 |
| 17.      | Подготовка к экзамену по дисциплине  | 9                  |
| 18.      | Всего за дисциплину  | 157                |

При подготовке к занятиям по темам студент должен изучить материалы лекций, использовать литературу, рекомендуемую как основную, при ежедневной подготовке к практическим занятиям. Печатные издания из списка «дополнительная литература»

обязательны при подготовке докладов и реферативных сообщений. При подготовке литературных обзоров и докладов следует включать материалы новейших научных исследований, изучая статьи в научно – практических журналах, в том числе интернет - сообщества.

Для планирования самостоятельной работы по теоретической части обучающийся должен использовать список тем разделов и тем рефератов, предоставляемый преподавателем. По дисциплине «Массаж» обучающийся должен знать определение метода массажа и его роль в физической реабилитации больных. Показания и противопоказания к процедуре массажа. Виды массажа: гигиенический, лечебный, спортивный, косметический, детский. Системы массажа и методики. Основные приемы ручного классического массажа. Обратить внимание на понятие «система массажа», традиционно выделяют: отечественную, шведскую, финскую, восточную системы.

Рекомендуем обратить внимание на специальные термины и понятия, применяемые в массаже и умение использовать их при обсуждении текущей темы. Примеры понятий: процедура массажа, массажная единица, курс массажа и др.

При подготовке к практическим занятиям по разделам 3 и 4 дисциплины, рекомендуем придерживаться следующей схем: направленность (цели и задачи) процедуры, методики и техники (часть тела, применяемые приемы, длительность процедуры), особенности проведения при заболевании, состоянии, в периоде.

Повышение качества получаемых навыков и умений потребует от студента значительную часть времени уделить отработке приемов массажа, взаимодействуя в группе студентов – коллег по изучению массажа для приобретения собственных представлений и ощущений от различных приемов и техник.

Для повышения рейтинга оценки студента по дисциплине, кроме овладения материалами учебника, методических указаний и учебных пособий (основной и дополнительной литературы), потребуется систематическое выполнение тестовых и иных заданий для самостоятельной работы студентов. На оценку так же влияет проявление активности студента при выполнении творческих работ (рефератов, сообщений, докладов), например, их качество и количество. Обращаем внимание студентов, что письменные работы необходимо «защитить».

### ***Контрольные вопросы к отдельным темам и разделам. Вопросы, используемые для самоконтроля.***

*Контрольные вопросы к теме «Основы массажа».*

1. История возникновения и развития массажа
2. Охарактеризуйте механизмы влияния массажа на организм человека.
3. Показания и противопоказания к проведению ЛФК.
4. Дайте классификацию массажа.
5. Дайте определение массажа.
6. Перечислите современные виды массажа.
7. Анатомо-физиологические основы массажа.
8. Какие показания и противопоказания к проведению массажа вы знаете?
9. Охарактеризовать правила проведения массажа.
10. Перечислите и охарактеризуйте основные приемы классического массажа, технику и время их выполнения.
11. Какие требования к помещению и оборудованию для проведения массажа вы знаете?
12. Что такое точечный массаж? Техника выполнения.
13. Что такое сегментарно-рефлекторный массаж? Техника выполнения
14. Что такое постизометрическая релаксация?
15. Что означает термин «сегмент» в массаже.
16. Что означает термин «массажная единица»



*Контрольные вопросы к теме: «Массаж при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата».*

1. Составьте методику массажа для разных видов нарушений осанки.
2. Составить и обосновать методику массажа при сколиозе.
3. Массаж при артритах и артрозах. Методика, противопоказания и задачи массажа.
4. Массаж при контрактура. Виды контрактур.
5. Методика массажа с целью профилактики травм и заболеваний ОДА при занятиях физкультурой и в массовом спорте.
6. Задачи массажа при повреждениях опорно – двигательного аппарата.
7. Перечислите основные виды массажа, применяемые при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
8. Перечислите особенности массажа спины и конечностей.
9. Охарактеризуйте задачи и методы массажа при различных видах нарушений осанки, сколиозах.
10. Современные методы и формы ЛФК и массажа при статических деформациях позвоночника.
11. Охарактеризуйте задачи и методы массажа при различных видах плоскостопия, деформациях стоп и нижних конечностей.
12. Способы физической реабилитации патологии стоп. Особенности у детей.
13. Возможность коррекции деформации нижних конечностей средствами ЛФК и массажа.
14. Особенности применения массажа при заболеваниях и травмах позвоночника.
15. Методика массажа при заболеваниях суставов (деформирующий артроз, артрит, контрактуры суставов).
16. Роль массажа в физической реабилитации остеохондроза позвоночника.
17. Особенности массажа при травмах опорно-двигательного аппарата.
18. Роль массажа в восстановлении после травматических повреждений мягких тканей конечностей.

*Контрольные вопросы к теме: «Массаж при заболеваниях внутренних органов».*

1. Какие виды и методы массажа применяются при заболеваниях сердечно-сосудистой системы?
2. Показания и противопоказания к массажу при гипертонической болезни.
3. Методика, противопоказания и задачи массажа при инфаркте миокарда.
4. Методика, противопоказания и задачи массажа при ИБС.
5. Особенности проведения массажа при патологии сердечно-сосудистой системы.
6. Какие виды и методы массажа применяются при заболеваниях органов дыхания?
7. Показания, противопоказания, задачи, методы массажа при заболеваниях органов дыхания.
8. Методика, противопоказания и задачи массажа при пневмонии.
9. Методика, противопоказания и задачи массажа при бронхите.
10. Особенности методики и задачи массажа при бронхиальной астме.
11. Особенности методики и задачи массажа при эмфиземе легких.
12. Какие виды и методы массажа применяются при заболеваниях желудочно – кишечного тракта?
13. Какие виды и методы массажа применяются при заболеваниях мочевыводящей системы?
14. Методика, противопоказания и задачи массажа при сахарном диабете.
15. Методика, противопоказания и задачи массажа при ожирении.
16. Роль массажа при в комплексном лечении ожирения.

*Контрольные вопросы к теме: «Массаж при заболеваниях нервной системы».*

1. Массаж при остеохондрозе. Противопоказания, методика
2. Массаж при дорсалгии. Противопоказания, методика
3. Массаж как средство восстановления функций организма, утраченных в результате инсульта.
4. Массаж как средство восстановления здоровья при парезах и параличах.
5. Массаж при заболеваниях и повреждениях центральной нервной системы.
6. Массаж при травмах периферических нервов.

*Контрольные вопросы к теме: «Системы и методы массажа. Самомассаж. Формы и виды спортивного массажа».*

1. Что такое точечный массаж? Техника выполнения.
2. Что такое сегментарно-рефлекторный массаж? Техника выполнения.
3. Что такое зоны Зарьина-Геда?
4. Что такое самомассаж? Техника выполнения.
5. Что такое спортивный массаж? Техника и правила выполнения.
6. Какие формы и виды спортивного массажа вы знаете?
7. Случаи применения различных форм и видов спортивного массажа.
8. Спортивный травматизм и массаж, как способ его профилактики.
9. Что такое самомассаж?
10. Самомассаж как эффективное средство восстановления и поддержания здоровья.

*Контрольные вопросы к теме: «Массаж у детей раннего возраста».*

1. История развития массажа и ЛФК в педиатрии.
2. Сочетания массажа и физических упражнений у детей раннего возраста.
3. Роль массажа в профилактике заболеваний раннего детского возраста.
4. Какие правила проведения массажа у детей вы знаете?
5. Как проводится закаливание детей раннего возраста?
6. Какие принципы реабилитации при заболеваниях у детей вы знаете?
7. Массаж при ДЦП. Роль массажа в реабилитации, методика.
8. Принципы организации массажа и закаливания у детей раннего возраста.
9. Роль массажа в профилактике и лечении рахита.
10. Роль массажа в профилактике и лечении мышечной кривошеи.
11. Роль массажа в профилактике и лечении гипотрофии.
12. Роль массажа в профилактике и лечении дисплазии тазобедренного сустава.

*Контрольные вопросы для самостоятельной работы студентов по всему курсу.*

1. История возникновения и развития массажа.
2. Что означает слово "массаж"?
3. Что понимается под "классическим массажем"?
4. Какова история возникновения и развития массажа до революции в России?
5. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
6. Назовите имена советских ученых, сыгравших выдающуюся роль в обосновании и развитии массажа. Роль выдающегося ученого, профессора И.М. Саркизова-Серазини в развитии спортивного и лечебного массажа.
7. Какое место занимает спортивный массаж в системе физического воспитания?
8. Роль массажа в массовой физической культуре.
9. Какие вы знаете физиологические механизмы массажа?
10. Какие приемы массажа применяются на коже?
11. Каково влияние массажа на центральную нервную систему и от чего это влияние зависит?
12. Какое влияние оказывает массаж на рецепторный аппарат мышц? Каково влияние

- массажа на химические процессы в мышцах?
13. Каково влияние массажа при болезненных ощущениях в мышцах после физической нагрузки?
  14. Каково влияние тепловых процедур на лечение суставов?
  15. Последовательность в сочетании массажа с тепловыми и электропроцедурами.
  16. Как влияет массаж на работу сердца? Выполняется ли массаж лимфатических узлов?
  17. Какое влияние оказывает массаж на функцию дыхания? Какие приемы массажа понижают деятельность дыхательного центра, а какие повышают?
  18. Каковы гигиенические требования к освещению и температуре воздуха в массажном кабинете?
  19. Каким образом массажист должен поддерживать физическую подготовку?
  20. Когда массаж противопоказан?
  21. Какие вы знаете виды массажа? Назовите отличие.
  22. Какие вы знаете методы массажа, дайте краткую характеристику каждого.
  23. Какие вы знаете технические методы массажа и как их можно группировать?
  24. Как понять "перпендикулярное" положение по отношению к массируемой части тела?
  25. Можно ли делать массаж в исходном положении пациента стоя, сидя?
  26. Сколько приемов ручного классического массажа?
  27. По какому физиологическому и анатомическому принципу приемы классического массажа можно разделить на группы?
  28. Каковы отличия методики проведения поглаживания в зависимости от занимаемого положения массирующего по отношению к пациенту?
  29. Каково рефлекторное влияние на организм приема разминание?
  30. Какое влияние оказывает разминание на сердечно-сосудистую систему.
  31. В чем заключаются механические действия приемов разминания на мышцах?
  32. На каких тканях проводится прием потряхивание?
  33. Какой частью кисти руки выполняется прием потряхивание?
  34. На каких тканях проводится прием растирание?
  35. Каково рефлекторное влияние приема растирание на организм?
  36. Каково значение приема растирание в спортивной и лечебной практике?
  37. С какими приемами массажа должен сочетаться прием растирание?
  38. На каких тканях применяются ударные приемы?
  39. Какое физиологическое влияние оказывают на организм (рефлекторное, гуморальное, механическое) приемы рубление, поколачивание, похлопывание?
  40. Какова методика проведения общего массажа?
  41. Какова длительность сеанса общего массажа и от чего зависит его продолжительность?
  42. Что такое парный массаж?
  43. Назовите варианты парного массажа и объясните методику проведения. В каких случаях применяют парный массаж?
  44. История развития аппаратного метода массажа.
  45. Виды аппаратного массажа, формы.
  46. Можно ли при вибрационном, пневмомассаже использовать смазывающие вещества, масла, мази, растирки и т.д.?
  47. Что такое баночный массаж?
  48. Дайте определение криомассажу.
  49. Каково значение самомассажа в спортивной и лечебной практике?
  50. Какова последовательность проведения самомассажа отдельных участков тела?
  51. Что называется комбинированным методом массажа?
  52. Назовите виды спортивного массажа, дайте определение каждого.
  53. Показания и противопоказания к массажу при спортивных повреждениях и заболеваниях?

54. Укажите время после перенесенных спортивных повреждений, по истечении которого следует делать массаж
55. Каково значение тепловых процедур при восстановлении функции поврежденных органов?
56. Каково значение активно-пассивных движений в лечебном массаже?
57. Какова методика массажа в сочетании с физиотерапевтическими процедурами.
58. Какова методика массажа в сочетании с лечебной физической культурой?
59. Что называется гигиеническим массажем?
60. Каково физиологическое влияние гигиенического массажа?
61. В какое время дня проводится гигиенический массаж и с какой целью?
62. Для чего и когда применяется гигиенический самомассаж у спортсменов?
63. Классификация лечебного массажа.
64. Отличие лечебного массажа от спортивного, гигиенического.
65. Классификация косметического массажа. Особенности массажа.

### **Примерная тематика рефератов, НИРС.**

1. История возникновения и развития массажа.
2. История массажа в России. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
3. Развитие спортивного и лечебного массажа в России.
4. Роль массажа в системе физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
5. Влияние массажа на организм здорового и больного человека.
6. Сравнительная характеристика различных систем и видов массажа.
7. Аппаратный массаж. История. Современные массажные аппараты. Применение в спорте, лечебной практике и в домашних условиях.
8. Восстановительный массаж, его роль в процессе трудового дня, в быту, оздоровительных мероприятиях.
9. Профилактический массаж, его роль в укреплении здоровья и предупреждения заболеваний.
10. Использование сочетанного применения массажа и термо- и гидропроцедур.
11. Применение оздоровительного массажа в условиях бани.
12. Роль массажа в физическом развитии детей.
13. Роль массажа в спорте инвалидов (по группам нозологий).
14. Роль массажа в лечении детей с церебральным параличом.
15. Роль массажа в лечении больных с поражением функции спинного мозга.
16. Роль массажа у детей раннего возраста в профилактике заболеваний нервной и опорно – двигательной систем.
17. Мануальная терапия, понятие, роль в лечении вертеброгенных заболеваний.
18. Рефлексотерапия, понятия.
19. Косметический массаж, его применение в медицине и спорте
20. Применение в массаже смазывающих веществ, масел, мазей, растирок и т.д.

### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Программное обеспечение ФГБОУ ВО ПСПБГМУ им. И.П. Павлова, являющееся частью электронной информационно-образовательной среды и базирующееся на телекоммуникационных технологиях:

- база тестовых заданий и справочных материалов создана, реализованная на платформе AcademicNT (Электронная информационно-образовательная среда Университет ИТМО),

- электронное расписание «Галактика РУЗ»
- система автоматизации библиотек «ИРБИС»
- ПК УНД

## 12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Массаж»

| Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования   | Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения (с указанием номера такого объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации) |
|---|---|
| <b>Учебная комната №1</b><br>Мультимедийный проектор – 1 шт.<br>Экран – 1 шт.<br>Доска – 1 шт.<br>Стол учебный – 14 шт.<br>Стул учебный – 14 шт.<br>Шкаф – 1 шт.<br>Ноутбук -1 шт   | 197022,<br>г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6-8, лит. Ч, пом. 5-Н, №189  |
| <b>Учебная комната №2</b><br>Экран – 1 шт.<br>Мультимедийный проектор – 1 шт.<br>Доска – 1 шт.<br>Стол учебный – 8 шт.<br>Стол преподавателя – 1 шт.<br>Стул учебный – 14 шт.<br>Кресло преподавателя – 1 шт.<br>Тумбочка – 1 шт.<br>Ноутбук – 1шт  | 197022,<br>г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6-8, лит. Ч, пом. 5-Н, № 190   |
| <b>Учебная комната №3</b><br>Экран – 1 шт.<br>Мультимедийный проектор – 1 шт.<br>Телевизор – 1 шт.<br>Стол учебный – 1 шт.<br>Массажный стол – 9 шт.<br>Стул учебный – 5 шт.<br>Кресло учебное – 10 шт.<br>Шкаф – 2 шт.<br>Тумбочка – 1 шт.<br>Вешалка для одежды – 2 шт.<br>Макет – 14 шт.<br>Плакат – 4 шт.<br>Зеркало – 1 шт.<br>Ноутбук -1 шт | 197022,<br>г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6-8, лит. Ч, пом. 5-Н, №183  |
| <b>Учебная комната №5</b><br>Экран – 1 шт.<br>Мультимедийный проектор – 1 шт.<br>Доска – 1 шт.<br>Стол учебный – 12 шт.<br>Стол преподавателя – 1 шт.   | 197022,<br>г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6-8, лит. Ч, пом. 5-Н, № 218   |

|   |   |
|---|---|
| Кресло учебное – 20 шт.<br>Тумбочка – 1 шт.<br>Табуретка – 1 шт.<br>Компьютер -1 шт   |   |
| <b>Зал ЛФК</b><br>Доска – 1 шт.<br>Массажный стол – 1 шт.<br>Беговая дорожка – 1 шт.<br>Шведская стенка – 6 шт.<br>Мат гимнастический – 8 шт.<br>Скамья – 1 шт.<br>Ростомер – 1 шт.<br>Тренажер баланса – 1 шт.<br>Весы – 1 шт.<br>Батут – 1шт.<br>Зеркало – 12 шт.<br>Стул – 1 шт. | 197022,<br>г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6-8, лит.<br>Ч, пом. 5-Н,<br>№ 219 |

**Разработчик:** ассистент Шевченко А.А.

**Рецензент:** заведующий кафедрой теории и организации АФК НГУ физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта заслуженный деятель науки, д.п.н., профессор С.П.Евсеев

**Эксперт:** главный врач городского врачебно-физкультурного диспансера д.м.н., профессор С.В.Матвеев