Кыштымский филиал ГБПОУ «Миасский медицинский колледж»

**Методическая разработка**

**практического занятия для преподавателя**

ПМ.02 Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах

МДК.02.02 Основы реабилитации

Тема: Основные приемы лечебного массажа

Специальность Сестринское дело

34.02.01

Кыштым

2021г.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании ЦМК  Междисциплинарный курс  по специальности «Сестринское дело»  Протокол №\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_2021г.  Председатель ЦМК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  /Павлова О.В./ | |  |  |  | | --- | --- | --- | |  |  | Утверждаю  Зам. директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_И.В. Пасхина  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2021 г. | |

Автор: Макурова Екатерина Григорьевна - преподаватель высшей квалификационной категории

Рецензенты:

Мещерякова Татьяна Николаевна - методист-инструктор ЛФК ГБУЗ «Городская больница им. А.П. Силаева г. Кыштым»

Удалова Александра Николаевна - методист Кыштымского филиала «Миасский медицинский колледж», преподаватель высшей квалификационной категории

**Методическое** **пояснение**

Данное учебно-методическое пособие составлено в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 34.02.01 Сестринское дело и рабочей программы профессионального модуля ПМ 02. Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах и предназначено для организации практической работы преподавателя при изучении темы: *«*Основные приемы лечебного массажа*».*

Основная цель методической разработки – организовать и повысить качество подготовки студентов, а также оптимизировать проведение занятий по ПМ 02. Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах, МДК 02.02 Основы реабилитации, тема: *«*Основные приемы лечебного массажа*».*

Занятие по теме: «Основные приемы лечебного массажа» способствует формированию общих и профессиональных компетенций, развитию познавательной активности на практических занятиях и расширению знаний по вопросам массажа.

**Мотивация темы**

Лечебный массаж является эффективным лечебным и реабилитационным методом, применяемым в целях нормализации функций организма при различных заболеваниях и повреждениях. Популярность лечебного массажа постоянно растет, он стал объектом пристального внимания и научного изучения.

Наиболее распространенным методом является классический массаж – основной метод в лечебном массаже, так как имеет многообразные приемы, позволяет широко варьировать дозировку, визуально и осязательно контролировать точность выполнения приемов и оценивать их результаты.

Ручной массаж имеет преимущество перед аппаратным, комбинированным, так как он может быть использован не только в палате, массажном кабинете, но и дома, в бане, ванне и т. д., а также в виде самомассажа.

Аппаратный метод массажа используется как дополнительный. В зависимости от разновидностей может выполняться как путем непосредственного контакта с кожей, так и через воздушную или водную среду. Среди разновидностей аппаратного метода массажа наибольшее распространение получили вибрационный, гидро- и пневматический массаж. В лечебной практике применяется и электростимуляционный, ультразвуковой массаж и др. Аппаратные виды массажа, как и ручной массаж, могут использоваться в процессе сегментарного, точечного, периостального и других видов массажа.

Комбинированным называется такой массаж, в котором применяется ручной и аппаратный массаж. Особенно следует подчеркнуть большую эффективность ручного массажа, так как только руками массажист может выявить изменения в тканях массируемой области, выделить необходимые точки и целенаправленно воздействовать на них. Не отрицая положительного влияния аппаратного массажа, в лечебной практике все же предпочтительней применять ручной, так как никакой из аппаратов не может заменить рук массажиста.

Лечебный массаж можно классифицировать по тем нозологическим единицам, при которых он применяется: массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, массаж при заболеваниях и травмах нервной системы, массаж при заболеваниях внутренних органов и т. д.

Для каждой группы заболеваний характерны свои особенности техники, приемы и методики сеанса массажа.

**Методическая цель занятия**

Сформировать умения и навыки технологически правильно и последовательно выполнять массажные приемы.

**Цели занятия**

**Дидактические:**

* Повторение теоретического материала по теме: «Основные приемы лечебного массажа» (ОК 4., ПК 2.7.)
* Закрепление приемов массажа (ОК 2. ПК 2.7.)

**Развивающие:**

* Способствование развитию логического мышления (ОК 4. ПК 2.7.)
* Подвести студентов к осознанию необходимости дифференцированного подхода к выбору приемов лечебного массажа (ОК 7. ПК 2.7.)
* Способствование развитию культуры речи, общения (ОК 6. ПК 2.7.)

**Воспитательные:**

* Способствование воспитанию добросовестное отношение к своим профессиональным обязанностям, отзывчивость, доброжелательность, умение сопереживать (ОК 6 ПК 2.7.)
* Стремление соблюдать принципы этико – деонтологических отношений в коллективе, с пациентами и их родственниками (гуманность, взаимовыручка, чуткость, такт, человеколюбие, милосердие и др.) (ОК 1. ОК 6 ПК 2.7.)

**Тип занятия**

Практическое

**Место проведения занятия**

Кабинет: Основ реабилитации (каб.№503)

**Количество часов**

2 часа (90 мин.)

**Методы обучения и приемы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Методы** | **Методические приемы** |
| **1 уровень** – объяснительно-иллюстративный | словесные (рассказ, лекция, беседа, работа с учебником);  наглядные (иллюстрация, демонстрация презентации, кинофильмов, видеофильмов); практические (опыты, моделирование, демонстрация приемов массажа). |
| **2,3 уровень** – репродуктивный | устный опрос, работа по алгоритму, выполнение практических заданий. |
| **2,3 уровень** – проблемное изложение |  |
| **3 уровень** – частично - поисковый |  |
| **4 уровень** – исследовательский |  |

**Межмодульные и междисциплинарные связи**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Связи** | **ПМ, дисциплина** | **МДК** | **Тема занятия, курса** |
| Предшествующие | ОП.03  Анатомия и физиология человека | - | Тема: Анатомия и физиология, как наука. Методы изучения организма человека.  Тема: Скелет туловища.  Тема: Общие вопросы миологии. Скелет мышцы. Мышцы туловища, головы и шеи.  Тема: Скелет туловища. |
| ПМ. 04  Выполнение работ по профессии младшей медицинской сестры по уходу за больными | МДК04.01 Теория и практика сестринского дела | Тема: ПТР пациента в осуществление личной гигиены.  Тема: ПТР пациента в общении, труде, отдыхе. |
| ПМ.04  Выполнение работ по профессии младшей медицинской сестры по уходу за больными | МДК 04.02 Безопасная среда для пациента и персонала | Тема: Инфекционный контроль, инфекционная безопасность.  Тема: Правила пользования защитной одеждой.  Тема: Уровни обработки рук медицинского работника.  Тема: Характеристика современных средств дезинфекции.  Тема: Дезинфекция помещений, санитарно-технический контроль. |
| Последующие / Сопутствующие | ОП.08  Общественное здоровье и здравоохранение | - | Тема: Организация амбулаторно-поликлинической помощи населению.  Тема: Организация работы среднего персонала в амбулаторно- поликлиническом учреждении различного типа. |
| ПМ.03 Оказание доврачебной медицинской помощи при неотложных и экстремальных состояниях | МДК 03.01 Основы реаниматологии | Тема: Сердечно-легочная реанимация. |

**Внутримодульные связи**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Связи** | **ПМ и МДК темы курса** | **Темы занятий** |
| Предшествующие/Последующие | ПМ.02  Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах  МДК 02.02 Основы реабилитации | Тема: Основы  медицинского массажа.  Тема: Техника  выполнения приемов  медицинского массажа.  Тема: Виды массажа.  Тема: Косметический массаж.  Тема: Рефлекторно-сегментарный массаж.  Тема: Баночный массаж.  Тема: Техника выполнения массажа спины.  Тема: Итоговое занятие. |

**Студент должен уметь:**

* осуществлять реабилитационные мероприятия в пределах своих полномочий в условиях первичной медико-санитарной помощи и стационара;
* проводить комплексы упражнений лечебной физкультуры и основные приемы массажа;
* поводить мероприятия по сохранению и улучшению качества жизни пациента;
* вести утвержденную медицинскую документацию.

**Студент должен знать:**

* виды, формы и методы реабилитации.

**Формируемые компетенции:**

|  |  |
| --- | --- |
| ОК 1. | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. |
| ОК 2. | Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. |
| ОК 4. | Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения возложенных на него профессиональных задач, а также для своего профессионального и личностного развития. |
| ОК 6. | Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. |
| ОК 7. | Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий. |
| ОК 12. | Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности. |
| ОК 13. | Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. |
| ПК 2.6.  ПК 2.7. | Вести утвержденную медицинскую документацию.  Осуществлять реабилитационные мероприятия. |
|  | **Внеаудиторная работа** |
|  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид задания** | **Часы** | **Методические указания** | **Цель** |
| Презентация: «Физиологическое действие приемов массажа». | 1 | Соблюдение плана создания презентации. Грамотность и красочность в оформлении. | Способствование расширение знаний в области медицины. |

**Оснащение:**

- методические указания для студентов к практическому занятию

- ноутбук

- проэктор

- экран

- презентация

- массажные кушетки

- простыни

- антисептическое средство

- салфетки

- тальк

**Литература**

**Основная:**

1. Епифанова В.А., Епифанова А.В., Основы реабилитации - М.: ГЭОТАР - Медиа, 2017г.

2. Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. Лечебная физическая культура и массаж - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2018г.

3. Козлова Л.В., Козлов С.А., Семененко Л.А. Основы реабилитации для медицинских колледжей Ростов н/Д «Феникс», 2018г.

4. Соколова Н.Г. Физиотерапия Ростов н/Д «Феникс», 2018г.

**Дополнительная:**

1. Васичкин В.И. «Всё о массаже». АСТ–ПРЕСС книга, 2015г.
2. Гайнутдинова С.В., Неделько О.И. Гигиеническое воспитание населения. Изд. 2-е изм. и доп. - Казань: КМК, 2013. - 42 с.

**Структура занятия**: (90 мин.)

Организационный момент: 1 мин.

Цели и план занятия: 2 минуты

Проверка знаний студентов: 15 минут

Демонстрационная часть: 8 минут

Самостоятельная работа студентов: 50 минут

Закрепление материала: 10 минут

Подведение итогов занятия: 3 минуты

Задание на дом: 1 минута

**Структура, содержание и режим ПРАКТИЧЕСКОГО занятия**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  **Время этапа занятия** | **Элементы занятия, учебные вопросы, формы и методы обучения** | | | **Формируемые компетенции. Примечание** | **Приложения** |
| **Действия преподавателя** | **Действия студентов** | **Цель этапа** |
| 1. Организационный момент  1 мин. | Преподаватель приветствует студентов, проверяет готовность аудитории, студентов к занятию, отмечает отсутствующих. | Приветствуют преподавателя. | Организация учебной деятельности на практическом занятии. | ОК1 |  |
| 2.  Цели и план занятия  2 мин. | Преподаватель сообщает тему занятия, вместе со студентами формулирует цели и мотивацию изучения темы при помощи вопросов:  1. Какие вы знаете массажные приемы?  2. Какой эффект несут массажные приемы? | Внимательно слушают преподавателя, записывают тему урока в тетрадь, ставят перед собой цели. Отвечают на вопросы преподавателя. | Формирование цели и мотивации темы. | ОК2 ОК12 |  |
| 3.  Проверка уровня знаний  15 мин. | Проводится в устной форме с демонстрацией приемов. | Студенты отвечают на вопросы, демонстрируют примы | Проверка исходного уровня знаний. | ОК4 | Приложение №1 |
| 4. Демонстрационная часть  8 мин. | Преподаватель дает разъяснения под запись по практической работе, тема: **«**Основные приемы лечебного массажа»:  - методические указания при проведении приема разминание;  - ошибки при разминании.  Преподаватель демонстрирует приемы разминания.  Преподаватель использует презентацию для наглядности этапов работы. | Студенты внимательно слушают разъяснение преподавателя.  Студенты конспектируют учебный материал.  Студенты наблюдают за действиями преподавателя.  Студенты изучают учебный материал на презентации. | Формирование установки на выполнение практической деятельности. | ОК12, ОК13 | Приложение №2  Приложение №3 |
| 5.  Самостоятельная работа студентов  50 мин. | Преподаватель наблюдает за самостоятельной работой студентов. Поправляет ошибки. | Студенты самостоятельно выполняют задания:  *-*изучить приемы медицинского массажа (разминание).  - записать физиологическое влияние приемов в рабочую тетрадь.  *-*ознакомиться с техникой массажных приемов( разминание).  - отработать приемы (работа в парах). | Формирование навыков самостоятельной работы. | ОК2,ОК6,ОК7  ОК13, ПК2.1. ПК2.7. | Приложение №4  Приложение№5 |
| 6.  Закрепление материала  10 мин. | Преподаватель предлагает решить тестовое задание по вариантам (2 варианта). | Студенты решают тестовое задание по вариантам ( 2 варианта). | Закрепление изученного материала. | ПК2.1 | Приложение№6 |
| 7. Подведение итогов занятия 3 мин. | Преподаватель подводит итоги работы. Выставляет оценки с аргументацией. | Студенты участвуют в обсуждении итогов работы. | Ориентация на результативность в работе. | ОК2 |  |
| 8.  Задание на дом  1 мин. | Изучить и отработать приемы разминания. Учебник «Основы реабилитации» Козлова Л.В., Козлов С.А., Семененко Л.А. Основы реабилитации для медицинских колледжей Ростов н/Д «Феникс», 2018г.  стр. 340,375. | Записывают домашнее задание. | Ориентация на дальнейшую учебную деятельность. | ОК4 |  |

Приложение№1

*Проверка домашнего задания проводится с помощью вопросов устно, с демонстрацией приемов массажа.*

**Проверка домашнего задания**

1. Дать определение массажу.
2. Дать определение, что такое растирание?
3. Перечислить физиологическое влияние приема растирание.
4. Назвать и продемонстрировать приемы растирания.

Приложение №2

*Преподаватель дает разъяснения под запись по практической работе, тема:* ***«****Основные приемы лечебного массажа».*

**Методические указания при приеме разминание**

Чтобы добиться наиболее максимального эффекта от проведения данного массажного приема, нужно принять во внимание несколько методических указаний:

1. желательно, чтобы во время массажа мышцы были максимально расслабленны;
2. все движения должны выполняться в медленно, размеренном темпе;
3. постепенно силу воздействия необходимо наращивать;
4. необходимо стараться выполнять глубокие, но абсолютно безболезненные движения;
5. в массаже недопустимы резкие рывки и перекручивание мышц;
6. выполняя разминание, нужно учитывать степень патологического процесса.

**Наиболее частые ошибки**, которые встречаются при выполнении приема:

* напряженные руки массажиста;
* болезненные приемы;
* «разрывание» мышц в разные стороны;
* сильное надавливание;
* потеря мышцы во время массажа.

Приложение №3

*Преподаватель демонстрирует приемы разминания.*

**Приемы разминания**

1. **Основные приемы разминания на плоских мышцах (выполняются продольно):**

- прием осуществляется подушечкой больного пальца;

- подушечками четырех пальцев;

- гребнем кулака;

- фалангами согнутых пальцев;

- основанием ладони.

2. **Разминание на рельефных мышцах:**

- ординарное разминание;

- двойной гриф;

- двойное кольцевое;

- двойное ординарное.

3. **Дополнительные приемы разминания:**

- щипцеобразное разминание;

- сдвигание и растяжение;

- надавливание;

-накатывание;

- валяние.

Приложение №4

Самостоятельная работа студентов

*Изучить приемы медицинского массажа: - разминание.*

*Записать физиологическое влияние приемов в рабочую тетрадь.*

**Приемы медицинского массажа**

**Разминание -** это прием, при котором массирующая рука выполняет 2–3 фазы: фиксацию, захват массируемой области; сдавление, сжимание; раскатывание, раздавливание, само разминание. Выделяют следующие разновидности приема «разминание».

Основные приемы разминания: продольное разминание выполняется на плоских мышцах спины (паравертебрально), приемы выполняются на рельефных мышцах.

Вспомогательные приемы разминания: щипцеобразное, валяние, надавливание, накатывание, сдвигание, растяжение.

**Физиологическое влияние**

Разминание оказывает основное воздействие на мышцы больного, благодаря чему повышается их сократительная функция, увеличивается эластичность сумочно-связочного аппарата, растягиваются укороченные фасции, апоневрозы. Разминание способствует усилению крово– и лимфообращения; при этом значительно улучшается питание тканей, повышается обмен веществ, уменьшается или полностью снимается мышечное утомление, повышаются работоспособность мышц, их тонус и сократительная функция. В зависимости от темпа, силы, длительности исполнения разновидностей приема снижается или повышается возбудимость коры головного мозга и тонус массируемых мышц. Надо отметить, что разминание – это прием, по которому можно судить о технических способностях массажиста. Разминание – пассивная гимнастика для мышц.

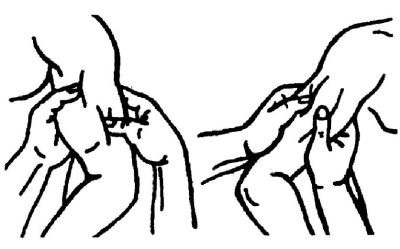
приложение №5

*Ознакомиться с техникой массажных приемов:- разминание.*

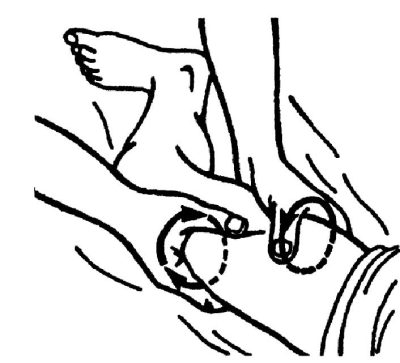
*Отработать приемы (работа в парах).*

**Техника выполнения приема разминание**

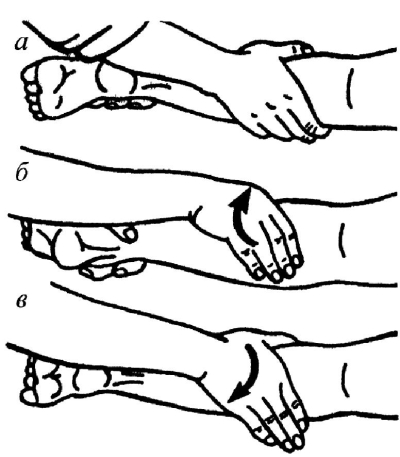
**Продольное разминание**  – проводится по ходу мышечных волокон, вдоль оси мышц. Выпрямленные пальцы располагаются на массируемой поверхности так, чтобы первые пальцы обеих кистей находились на передней поверхности массируемого сегмента, а остальные пальцы (II–V) располагались по сторонам массируемого сегмента – это 1-я фаза (фиксация). Затем кисти поочередно выполняют остальные 2 фазы, передвигаясь по массируемой области. Применяется на конечностях, в области таза, спины, боковых поверхностей шеи (рис. 1, 2).



*Рис. 1. Продольное разминание мышц плеча*

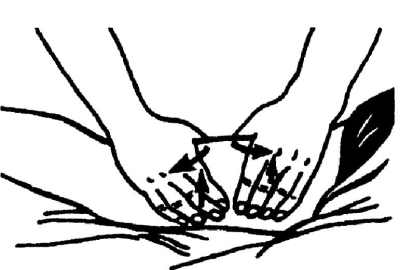


*Рис. 2. Продольное разминание мышц ведра*



*Рис. 3. Поперечное разминание одной рукой: а – фаза фиксации; б – фаза сдавления: в – раздавливание (раскатывание)*

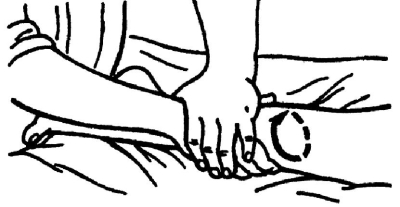
**Поперечное разминание** – массажист устанавливает кисти поперек мышечных волокон, чтобы первые пальцы были по одну сторону массируемого участка, а остальные – по другую. При массаже двумя руками кисти эффективнее устанавливать друг от друга на расстоянии, равном ширине ладони, и затем одновременно или попеременно выполнять все 3 фазы. Если попеременно, то одна кисть смещает мышцы, выполняя 3-ю фазу от себя, а другая в это же время выполняет 3-ю фазу к себе, т. е. разнонаправленно. Можно одной с отягощением. Применяют на спине, области таза, шейном отделе, конечностях и других областях (рис. 3–6).



*Рис. 4. Поперечное разминание двумя руками (однонаправленное)*



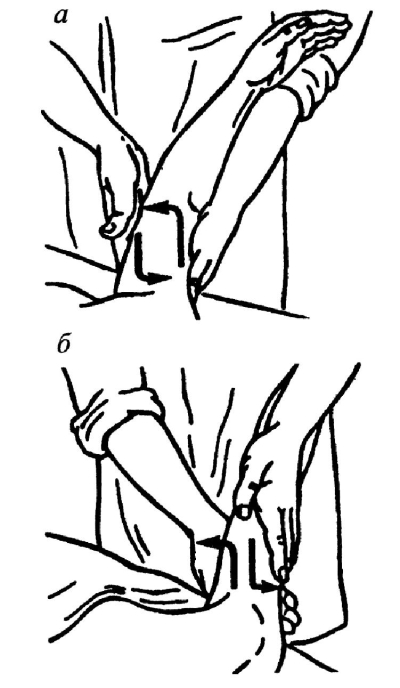
*Рис. 5. Поперечное разминание двумя руками (разнонаправленное)*



*Рис. 6. Поперечное разминание одной рукой (с отягощением)*

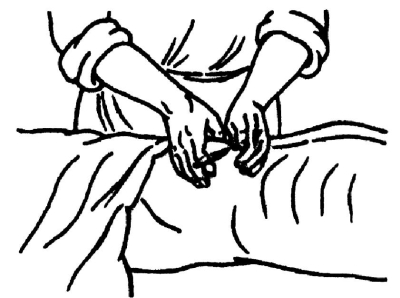
**Техника дополнительных приемов разминания**

**Валяние** – выполняется чаще на конечностях. Руки массажиста ладонными поверхностями обхватывают с обеих сторон массируемую область, пальцы выпрямлены, кисти параллельны друг другу, движения производятся в противоположных направлениях с перемещением по массируемой области. Применяется на бедре, голени, предплечье, плече (рис. 7).



*Рис. 7. Валяние: а – начальная фаза; 6 – конечная фаза*

**Накатывание** – захватив или зафиксировав одной кистью массируемую область, другой осуществляют накатывающие движения, перемещая расположенные рядом ткани на фиксирующую кисть; и так передвигаются по массируемому участку. Накатывающее движение можно производить на отдельные пальцы, кулак. Применяется на животе, груди, на боковых поверхностях спины (рис. 8).

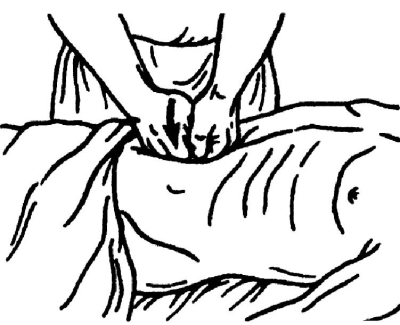


*Рис. 8. Накатывание*

**Сдвигание** – зафиксировав массируемую поверхность, делают короткие, ритмичные движения, сдвигая ткани друг к другу. Противоположные движения называются *растяжением.* Применяются при рубцах на тканях, при лечении кожных заболеваний (псориаз и др.), при сращениях, парезах, на лице и в других областях. Чаще выполняется двумя руками, двумя пальцами или несколькими пальцами (рис. 9).



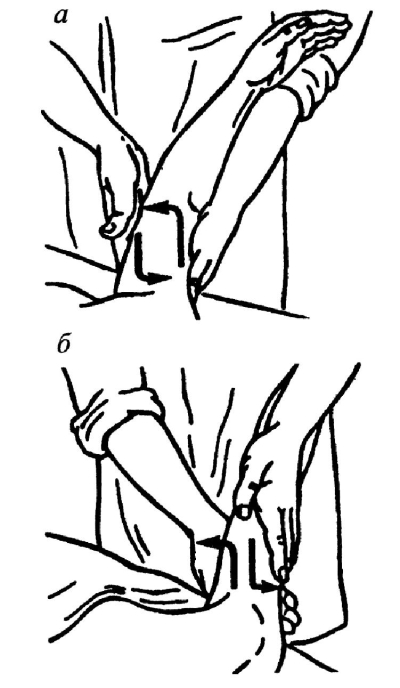
*Рис. 9. Сдвигание, растяжение*



*Рис. 10. Надавливание*

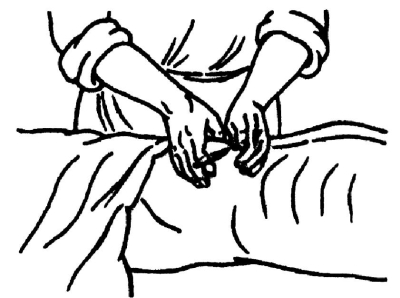
**Надавливание** – проводится пальцем или кулаком, основанием ладони, можно с отягощением. Применяется в области спины, вдоль паравертебральной линии, в области ягодиц, в местах окончаний отдельных нервных стволов (в зоне расположения БАТ; рис. 10).

**Щипцеобразное** – осуществляется I–II или I–III пальцами (пощипывание на лице), захватывая, оттягивая, разминая локальные участки, используя 2–3 фазы приема. Применяется на лице, шее, на местах расположения важнейших нервных стволов, в области спины, груди.



*Рис. 11. . Валяние: а – начальная фаза; 6 – конечная фаза*

**Накатывание** – захватив или зафиксировав одной кистью массируемую область, другой осуществляют накатывающие движения, перемещая расположенные рядом ткани на фиксирующую кисть; и так передвигаются по массируемому участку. Накатывающее движение можно производить на отдельные пальцы, кулак. Применяется на животе, груди, на боковых поверхностях спины (рис. 12).



*Рис. 12. Накатывание*

**Сдвигание** – зафиксировав массируемую поверхность, делают короткие, ритмичные движения, сдвигая ткани друг к другу. Противоположные движения называются *растяжением.* Применяются при рубцах на тканях, при лечении кожных заболеваний (псориаз и др.), при сращениях, парезах, на лице и в других областях. Чаще выполняется двумя руками, двумя пальцами или несколькими пальцами (рис. 13).



*Рис. 13. Сдвигание, растяжение*

приложение №6

*Закрепить знания по теме: « Основные приемы лечебного массажа».*

*Ответьте на вопросы тестового задания.*

**Тестовый контроль**

**1 вариант**

**1.Прием, проводящийся с отрывом от массируемой поверхности, называют:**

1) стабильным

2) лабильным

3) прерывистым

4) непрерывистым

**2.Влияние массажа на мышцы проявляется: (4отв.)**

1) возрастанием электрической активности мышц

2) улучшением упруго-вязких мышц

3) активизацией окислительно-восстановительных процессов в мышцах

4) понижением газообмена

5) нормализацией мышечного тонуса

**3.** **Назовите абсолютное противопоказание к проведению массажа:**

1) головная боль

2) гемофилия

3) острые воспалительные явления

4) гипертонический криз

5) инфаркт миокарда

**4. Нельзя массировать: (2 отв.)**

1) родимые пятна, лимфоузлы

2) миелогилозы

3) молочные железы

**5.** **Прием надавливание**

1) основной прием растирания

2) дополнительный прием разминания

3) дополнительный прием растирания

4) относится к приему выжимание

**6. Установите порядок разминания на рельефных мышцах:**

1) двойной гриф, ординарное, двойное кольцевое, двойное ординарное

2 ) двойное ординарное, двойное кольцевое, ординарное, двойной гриф

3) ординарное, двойной гриф, двойное кольцевое, двойное ординарное

**7. Механизм действия массажа:**

1)физический, термический, гуморальный

2) нервный, гуморальный, механический

3) гуморальный, психический, физический

**8. Щипцеобразное разминание проводится на:**

1) животе

2) груди, ягодицах, спине

3) спине, груди, предплечье

**9. Продольное разминание проводится на:**

1) спине, бедре

2) наружной поверхности плеча и задней поверхности голени

3) только в верхней конечности

**10. Валяние выполняется на:**

1) спине, животе

2) на всех участках тела

3) на мышцах плеча, бедра, иногда на голени

*Закрепить знания по теме: « Основные приемы лечебного массажа».*

*Ответьте на вопросы тестового задания.*

**Тестовый контроль**

**2 вариант**

**1. Правильное положение при массаже различных частей тела придается пациенту для:**

1) расслабления мышц

2) уменьшение боли

3) удобства массажиста

**2. С какими физиотерапевтическими процедурами не сочетается массаж:**

1) водолечение

2) облучение инфракрасными лучами

3) теплолечение (озокерит, парафин)

**3. Последовательность приемов массажа:**

1) Поглаживание, растирание, разминание, вибрация, потряхивание, ударные движения

2) Растирания, поглаживание, выжимание, разминание, потряхивание, вибрация, ударные движения

3) Поглаживание, выжимание, разминание, потряхивание, растирание, вибрация, ударные движения

**4. Основные приемы массажа (классического):**

1) поглаживание, растирание, вибрация, ударные

2) поглаживание, растирание, разминание, вибрация

3) растирание, разминание, ударные, пассивные движения

**5. К поверхностным мышцам спины относятся: (3отв.)**

1) трапециевидная мышца

2) выпрямитель туловища

3) широчайшая мышца спины

4) поперечно-остистая мышца

5) ромбовая мышца

**6.**  **Укажите случаи использования щетки для обработки рук массажиста:**

1) интенсивное загрязнение рук

2) после контакта с больным чесоткой

3) после каждого больного

**7. Массажные движения необходимо проводить:**

1) строго в определенном направлении по лимфотоку

2) в различных направлениях

3) строго поперек мышечных волокон

**8. Скелет туловища составляют: (3отв.)**

1) позвоночный столб

2) кости верхней конечности

3) грудина

4) ребра

5) кости таза

**9. Дополнительные приемы разминания:**

1) надавливание, сдвигание, растяжение, накатывание, валяние

2) строгание, штрихование, пиление

3) глажение

4) сотрясение, поколачивание

**10. Назовите относительное противопоказание к проведению массажа:**

1) повышенная температура тела

2) злокачественное новообразование

3) гипертоническая болезнь

4) заболевания крови

**Эталон ответов**

**Вариант №1**

1. 3
2. 1235
3. 2
4. 13
5. 2
6. 3
7. 2
8. 1
9. 2
10. 3

**Критерии оценки:**

1 ошибка – «5» отлично;

2 ошибки- «4» хорошо;

3ошибки - «3» удовлетворительно;

от 4 и более ошибок - «2» неудовлетворительно.

**Эталон ответов**

**Вариант №2**

1. 1
2. 2
3. 3
4. 2
5. 135
6. 1
7. 134
8. 1
9. 1
10. 1

**Критерии оценки:**

1 ошибка – «5» отлично;

2 ошибки- «4» хорошо;

3ошибки - «3» удовлетворительно;

от 4 и более ошибок - «2» неудовлетворительно.