PROGRAM KURSU

Kurs masażu I i II stopnia

Projekt pt. "Uniwersytet Wielkich Możliwości - program podniesienia jakości zarządzania procesem kształcenia i jakości nauczania"

LP.	PROGRAM KURSU	LICZBA GODZIN DYDAKTYCZ.
	TEORIA	**60**
1	**1. PODSTAWY ANATOMII, BIOMECHANIKI I FIZJOLOGII CZŁOWIEKA.**	**55**
	1.1. ANATOMIA PRAWIDŁOWA CZŁOWIEKA.	30
	1.2. BIOMECHANIKA UKŁADU RUCHU.	15
	1.3. FIZJOLOGIA NARZĄDU RUCHU.	10
2	**2. WPROWADZENIE DO WIEDZY O MASAŻU.**	**5**
	2.1. HISTORIA.	1
	2.2. DEFINICJA.	1
	2.3. RODZAJE MASAŻU.	1
	2.4. SPRZĘT I AKCESORIA.	1
	2.5. KINEZYTERAPIA.	1
	PRAKTYKA	**120**
3	**3. MASAŻ KLASYCZNY – TECHNIKI.**	**60**
	3.1. METODYKA MASAŻU.	10
	3.2. MASAŻ KOŃCZYNY GÓRNEJ.	7
	3.3. MASAŻ KOŃCZYNY DOLNEJ.	7
	3.4. MASAŻ GRZBIETU I POŚLADKÓW.	10
	3.5. MASAŻ POWŁOK BRZUSZNYCH.	5
	3.6. MASAŻ PLECÓW.	7
	3.7. MASAŻ KARKU.	7
	3.8. MASAŻ KLATKI PIERSIOWEJ.	7

4	**4. PRACA Z KLIENTEM.**	**5**
	4.1. PRZECIWSKAZANIA DO MASAŻU.	1
	4.2. WSKAZANIA DO MASAŻU.	1
	4.3. UŁOŻENIE CIAŁA PACJENTA.	1
	4.4. BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA W GABINECIE MASAŻYSTY.	1
	4.5. NAJCZĘSTSZE BŁĘDY PODCZAS PRACY.	1
5	**5. MASAŻ SPORTOWY.**	**15**
	5.1. ODNOWA BIOLOGICZNA SPORTOWCÓW.	3
	5.2. MASAŻ TRENINGOWY .	3
	5.3. MASAŻ PRZEDSTARTOWY.	3
	5.4. MASAŻ STARTOWY.	3
	5.5. MASAŻ POWYSIŁKOWY.	3
	6. DRENAŻ LIMFATYCZNY.	**10**
	7. MASAŻ IZOMETRYCZNY.	**10**
	8. MASAŻ WSPOMAGAJĄCY ODCHUDZANIE.	**10**
	9. MASAŻ LECZNICZY.	**10**
	Suma godzin	**180**