

# НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ

Навчально - науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено  
Валерій СОРОКА  
2023-02-14 15:39:04.691

08-02-38S

## СИЛАБУС навчальної дисципліни

## SYLLABUS

«Теорія та методика тайського традиційного масажу»		«Theory and technique of Thai traditional massage»
Шифр за ОП	<b>В.В. 2</b>	Code in Degree Programme
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of Education: Bachelor's (first)
Галузь знань: <b>Освіта/Педагогіка</b>	<b>01</b>	Field of Knowledge: <b>Education/Pedagogy</b>
Спеціальність: <b>Фізична культура і спорт</b>	<b>017</b>	Field of Study: <b>Physical culture and sports</b>
Освітня програма: <b>Фізична культура і спорт</b>		Degree Programme: <b>Physical culture and sports</b>

### РІВНЕ-2022

Силабус навчальної дисципліни «Теорія та методика тайського традиційного масажу» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 7 с.

ОПП на сайті університету: <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25182>

Розробник силабусу: Нестерчук Наталія Євгенівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Силабус схвалений на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії  
Протокол № 1 від “30” серпня 2022 року

Завідувач кафедри Нестерчук Наталія Євгенівна, д.фіз.вих., професор

Гарант освітньої програми: кандидат біологічних наук, доцент,

в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання  
Т.В. Гамма


Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від “06” вересня 2022 року

Голова науково-методичної  
ради з якості ННІОЗ

Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор

© Нестерчук  
Н.Є. 2022  
© НУВГП, 2022

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	бакалавр
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціальність	Фізична культура і спорт
Рік навчання, семестр	1-й рік 2-й семестр
Кількість кредитів	6 кредитів ЄКТС
Лекції	24
Лабораторні	48
Самостійна робота	108
Курсова робота	ні
Форма навчання	денна, заочна
Форма підсумкового контролю	залік
Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	
	<b>Нестерчук Наталія Євгенівна</b> доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії
Вікіситет	<a href="http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Нестерчук_Наталія_Євгенівна">http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Нестерчук Наталія Євгенівна</a>

ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0003-2199-3403">https://orcid.org/0000-0003-2199-3403</a>
-------	---

Як комунікувати	<a href="mailto:n.e.nesterchuk@nuwm.edu.ua">n.e.nesterchuk@nuwm.edu.ua</a>
-----------------	--

### ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА



**Чоповський Дмитро Петрович**  
Старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Вікіситет	<a href="http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Чоповський_Дмитро_Петрович">http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Чоповський_Дмитро_Петрович</a>
-----------	---

Як комунікувати	<a href="mailto:d.p.chopovskyi@nuwm.edu.ua">d.p.chopovskyi@nuwm.edu.ua</a>
-----------------	--

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

#### Анотація навчальної дисципліни, у т.ч. мета та цілі

Масаж, як науково-практична дисципліна, має свою мету і чітко визначені зміст та завдання.

Мета навчальної дисципліни: ознайомити студентів із східними техніками масажу, вивчити їх особливості та відмінності. Тайський масаж, терапевтичний тайський масаж, тайський йога-масаж, тайська система зцілення, Нуад Бо рарно (з тайської мови – «древній масаж») – всі ці назви використовуються для визначення традиційної школи лікування, медичної системи, яка існує на території Таїланду вже протягом багатьох століть, і заснованої на базі індійської аюрведичної медицини в комплексі з системою йоги.

#### Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5280>

#### Компетентності

ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.  
ЗК4. Здатність працювати в команді.  
ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.  
ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.  
ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.  
ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.  
ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.  
ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

#### Програмні результати навчання

ПРН9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.  
ПРН13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

#### СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Лекцій – 24 год	Лабораторних – 48 год	Самостійна робота – 108 год
-----------------	-----------------------	-----------------------------

#### Результати навчання – ПРН – 9

Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти сприяти зміцненню особистого та громадського здоров'я шляхом використання масажних практик, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.
--	--

Методи та технології навчання	<p><u>Методи:</u> демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.</p> <p><u>Технології:</u>  <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри).  <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).  <i>Робота в малих групах</i> (команді).  <i>Проектна технологія</i>.  <i>Аналіз конкретних ситуацій</i> (case study).</p>
Засоби навчання	Тренажери, лабораторне обладнання, графічні засоби, мультимедіа, відео- і звуковідтворююча, проєкційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, масажні столи, мати, каремати.

### Результати навчання – ПРН – 13

Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Демонструвати практичні вміння втручання оздоровчого спрямування.
Методи та технології навчання	<p><u>Методи:</u> демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.</p> <p><u>Технології:</u>  <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри).  <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).  <i>Робота в малих групах</i> (команді).  <i>Проектна технологія</i>.  <i>Аналіз конкретних ситуацій</i> (case study).</p>
Засоби навчання	Тренажери, лабораторне обладнання, графічні засоби, мультимедіа, відео- і звуковідтворююча, проєкційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, масажні столи, мати, каремати.

### 1-й рік 2-й семестр

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 – 20 балів
--	--

### 1-й рік 2-й семестр

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань: модуль 1, модуль 2, балів	40
Усього за дисципліну	100

### ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

**Тема 1.** Історія тайського традиційного масажу. (2 год)

**Тема 2.** Загальні анатомічні та фізіологічні основи масажу. (2 год)

**Тема 3.** Стили тайського масажу: північна і південна школи. (4 год)

**Тема 4.** Послідовність, тривалість і техніка тайського традиційного масажу. (6 год)

**Тема 5.** Основні прийоми, техніки і методи маніпуляцій, які використовуються в тайському традиційному масажі. (10 год)

### ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

**Тема 1.** Історія тайського традиційного масажу (2 год)

**Тема 2.** Загальні анатомічні та фізіологічні основи масажу. (4 год)

**Тема 3.** Підготовка місця проведення та пацієнта до тайського традиційного масажу. (4 год)

**Тема 4.** Стилї тайського масажу: північна школа. (4 год)

**Тема 5.** Стилї тайського масажу: південна школа. (4 год)

**Тема 6.** Послідовність виконання тайського традиційного масажу. (6 год)

**Тема 7.** Основні прийоми тайського традиційного масажу. (12 год)

**Тема 8.** Основні техніки тайського традиційного масажу. (12 год)

#### **Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)**

Взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності (креативність).

#### **Порядок та критерії оцінювання**

Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквиуму по всьому матеріалу.

Теоретичні знання, отриманні під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні складання програми фізичної терапії.

За аудиторні заняття отримують від 0 до 60 балів.

Модульний контроль проходить у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції:

<http://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdzili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan/dokumenty>

#### **Поєднання навчання та досліджень**

Діючий студентський науковий гурток "Фізична терапія, ерготерапія: обстеження, складання та впровадження програм фізичної терапії, ерготерапії".

Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.

#### **Інформаційні ресурси**

1 Вакуленко Л.О., Прилуцька Г.В., Вакуленко Д.В., Прилуцький П.П. Лікувальний масаж. Тернопіль: ТДМУ Укрмедкнига, 2006. 468 с.

2 Ван Хайтан. Методика здоров'я китайського масажу Гуа-ша. К., 2009. С. 44-48.

3 Лисак Н. М. Масаж у традиційній, народній і східній медицині. Чернівці : Рута, 2007. 326с.

4 Лисак Н.М. Гуа-ша. Теорія і практика традиційної китайської медицини: навч. посібник. Чернівці, 2011. 303с

5 <https://djuv.online/file/72OQKaQCEW4dZ>

6 [https://www.youtube.com/watch?v=ol5zDwfwBzU&ab\\_channel=Thaisabai](https://www.youtube.com/watch?v=ol5zDwfwBzU&ab_channel=Thaisabai)

7 <https://elephant-spa.com.ua/uk-ua/blog/chto-takoe-tajskij-massazh-y-kak-on-delaetsya>

#### **Дедлайни та перескладання**

Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі інституту.

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <https://ep3.nuwm.edu.ua/25072/>. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.

Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіка. Оголошення стосовно дедлайнів задачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

#### **Неформальна та інформальна освіта**

Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного Положення про неформальну освіту. <http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/>.

Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами

даного освітнього компоненту, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

#### **Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання**

До викладання курсу долучений завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, доктор наук з фізичного виховання і спорту (спеціальність 24.00.03 Фізична реабілітація), професор, має практичний досвід розробки та впровадження програм фізичної терапії, довготривалі закордонні стажування.

#### **Правила академічної доброчесності**

Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці.

Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту роботи та ін.

В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Порядку перевірки навчальних, випускних кваліфікаційних, навчально-методичних та наукових робіт на наявність ознак академічного плагіату в НУВГП» (<https://ep3.nuwm.edu.ua/24856/>).

#### **Вимоги до відвідування**

Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.

Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно розкладу.

Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.

Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом.

Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно відповідного положення <http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/>

Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.

#### **Оновлення**

За ініціативою викладача зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення фізичної терапії, ерготерапії.

#### **Академічна мобільність. Інтернаціоналізація**

У НУВГП розроблені процедури для реалізації права здобувачам на академічну мобільність:

- Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу Національного університету водного господарства та природокористування <http://ep3.nuwm.edu.ua/4398/>

- Порядок перезарахування результатів навчання за програмами академічної мобільності в Національному університеті водного господарства та природокористування <http://ep3.nuwm.edu.ua/19458/>.

- Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 серпня 2015 року № 579 <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/579-2015-%D0%BF#n8>. Здобувачі можуть отримати доступ до таких міжнародних інформаційних ресурсів:

- електронні бібліотеки: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki>

- Як знайти статтю у Scopus: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohuavtoram>

- База періодичних видань: <https://www.scimagoir.com/>

- Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvostidostupu-do-resursiv-i-servisiv>

*Лектор  
професор, завідувач*

*Н.С. Нестерчук доктор наук,*

Автор  
Завідувач кафедри

Наталія НЕСТЕРЧУК



документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №77 від 2023-02-14 15:39:04.691  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП): СОРОКА ВАЛЕРІЙ СТЕПАНОВИЧ  
Сертифікат 2B6C7DF9A3891DA1040000003947CE001A498F03  
Дійсний з 05.08.2022 15:21 до 05.08.2023 23:59