

**Fișa unității de curs
Tehnicile masajului**

Catedra responsabilă	Estetologie
Treapta de studii	Studii superioare de licență, ciclul I
Programul de studiu	Servicii publice
Tipul unității de curs	Discipline de orientare spre specialitate, obligatorie
Credite ECTS	6
Numărul orelor de contact / Numărul total de ore	60/180
Forma de evaluare	Examen
Anul de studiu / semestrul	Anul III, semestrul V
Limba de predare	Română, rusă

Conținutul succint al cursului:

Disciplina **Tehnicile masajului** se raportează la modulul disciplinelor de orientare spre specialitate. **Obiectivul major** al obiectului reprezintă formarea la studenți a deprinderilor și motivelor de acumulare individuală și perfecționarea continuă a competențelor intelectual – profesionale și trecerea la un învățământ adecvat schimbărilor ce au loc în societate asigurând ”dezvoltarea liberă, armonioasă a omului și formarea personalității creative care să se poată adapta la condițiile în schimbări ale vieții ” (Legea Învățământului). Programa la tehnicile ale masajului este elaborată în baza Concepției generale a dezvoltării învățământului în Republica Moldova, a Legii Învățământului, Curriculumului Național. Programa analitică reprezintă instrumentul didactic în care se descriu condițiile și criteriile de învățământ în obiective, conținuturi, activității de studiere, evaluare.

Conținutul succint al cursului: Masajul. Tipurile de masaj. Definiția. Clasificarea. Bazele anatomo-fiziologice ale masajului. Caracteristica diferitelor tipuri de masaj. Indicațiile și contraindicațiile în aplicarea diferitelor tipuri de masaj. **Tehnici de aplicare ale masajului.** Procedeele și manevrele ale masajului. Metodica masajului. Tehnica executării masajului. **Tehnologii ale masajului special masajul segmentar reflector.** Bazele anatomo-fiziologice ale masajului. Tehnologia masajului. Tehnica executării. Efectele fiziologice ale masajului: - Locale, Generale. Indicații și contraindicații în aplicarea masajului segmentar-reflector. **Masajul anticelulitic.** Definiția. Clasificarea. Cauzele apariției și moduri de ameliorare ale celulei. Moduri de manifestare ale celulei. Asigurarea produselor cosmetice ale masaj anticelulitic. Tehnologii moderne ale masajului anticelulitic. Tehnica executării masajului anticelulitic. Efectele fiziologice și prevenirea celulei. **Drenajul limfatic.** Bazele anatomo-fiziologice ale sistemului limfatic. Indicații și contraindicații în aplicarea limfomasajului. Tehnologii moderne ale limfomasajului Masajul manual și masajul-cu aparate. Efectele fiziologice ale masajului. **Alte tipuri de masaj (automasaj, masaj cu aparate, masaj shuatsu, masaj cu instrumente).** Bazele, anatomo-fiziologice ale masajului special. Indicații și contraindicații în aplicarea masajului. Tehnologiile masajului special. Tehnica executării. Efectele fiziologice. Tehnologii moderne ale masajului cu aparate și instrumente. Liniile profesionale în diferite programe de masaj.

Finalități de studiu:

La finalizarea acestui curs, studentul va demonstra următoarele cunoștințe, abilități și competențe:

Să expună actualitatea, rolul și locul masajului în practica medicală; Să identifice tipurile de masaj; Să explice mecanismul acțiunii masajului asupra sistemelor de organe; Să sintetizeze procedeele și manevrele tehnicii de masaj; Să caracterizeze condiții și reguli pentru planificarea corectă a ședinței de masaj; Să stabilească relațiile dintre starea de sănătate și modul de viață a individului; Să demonstreze tehnici de executare a masajului la diferite situații. Să interpreteze informația de aplicare a procedeele de masaj; Să demonstreze tehnici de executare a masajului la diferite tipuri; Să sistematizeze și să comunice rezultatele investigațiilor; Să selecteze și să aplice unele metode de evaluare adecvate obiectivelor sau competențelor vizate.

Bibliografie:

1. Buluș, L. Masajul terapeutic clasic suedez. București, 2001. 96 p.
2. Campeanu M., Debeurre A.I., Campeanu B.M. Masaj – tehnici de aplicare, ediția III-a, Cluj- Napoca, 2005.
3. Mârza, Doina. Masajul terapeutic. Bacău, 2002. 304 p.
4. Ахтямов С.Н., Бутов Ю.С. Практическая дерматокосметология; Москва, 2003
5. Фержтек О., Шарапова Г., Шрамак Д., Косметология. Теория и практика. – Прага, 2002.
6. Ингерлейб М.Б., Панаев М.С., Медицинский, лечебный и косметический массаж. Москва, 2010.
7. Абигейл Э., Пегги О.. Анатомия массажа. Пошаговый иллюстрированный курс для начинающих. Москва, 2019, 160с.
8. Васичкин В. Массаж. Большая иллюстрированная энциклопедия. Москва, 2019. 192с.
9. Васичкин В.И. Все про массаж. Москва, 2020. 304с.