

Tárgytematika / Course Description

Masszázs

ALTSRA2011

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Planicsek István

Félév / Semester: 2018/19/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 0/6/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A masszázis holisztikus szemléletű gyógyító eljárás. Betegség esetén jól kiegészíti az orvosi terápiákat, alkalmazása felgyorsítja a gyógyulást. A masszázis kiemelten fontos helyet tölt be a prevenció és a rehabilitáció folyamatában. Alkalmazásával megőrizhető illetve helyreállítható az egészség. A jól kivitelezett masszázis hatékony rekreációs módszer. A masszázis más természetgyógyászati eljárásokhoz hasonlóan nem csak a fizikai testet, hanem a paciens lelkét is gyógyítja. Helyreállítja a test és a lélek harmóniáját, egészségvédő szerepe vitathatatlan.

A tantárgy általános célja és specifikus célkitűzései

Általános célkitűzés: A hallgatók ismerjék meg a masszázis elméleti és gyakorlati alapvonalait, hatásmechanizmusát. Legyenek tisztában a masszázis gyógyításban és egészségmegőrzésben elfoglalt helyével és szerepével, a keleti és nyugati típusú masszázisok egészségfilozófiájával.

Specifikus célkitűzések: A levelezős tagozatos hallgatók a gyakorlati órákon megismerkednek a frissítő masszázis alapfogásaival, a frissítőmasszázs kezelés felépítésével.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

A tantárgy tartalma:

- nyugati típusú masszázisok: Svédmasszázs, Reflex masszázisok
- keleti típusú masszázisok bemutatása: Shiatsu, Yumeiho, tradicionális Thai-massage
- különleges masszázisok: Segment massage, Periostalis kezelések, Kötőszöveti masszázis, Lymph-drainage

Tantárgyi kompetencia:

- a masszázis típusainak ismerete (frissítő-, gyógy-, sportmasszás)
- a masszázis alkalmazásának feltételei
- indikációk és kontraindikációk ismerete

- a masszórral szemben támasztott követelmények
 - masszázs alapfogásai, gyakorlati ismeretek
-

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

- a masszázs típusainak ismerete (frissítő-, gyógy-, sportmasszás)
 - a masszázs alkalmazásának feltételei
 - indikációk és kontraindikációk ismerete
 - a masszórral szemben támasztott követelmények
 - masszázs alapfogásai, gyakorlati ismeretek
-

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke:

Planicsék István (2008): Masszázskezelések, masszázsreceptek. Nyugat-Magyarországi Egyetem Apáczai Csere János Kar – *Főiskolai jegyzet*. Győr.

James H. Clay-David M. Pounds (2007): Alapvető klinikai masszázsterápia: Az anatómia és a kezelés integrálása. Medicina Könyvkiadó ZRT. Budapest

Horváth János-Komáromy Sándor (2010): Masszázs – Első érintések. Printer Art KKT. Budapest

Gardi Zsuzsanna (szerk) (2004): Masszázs. Semmelweis Egészségtudományi Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar tankönyv. Budapest

Dr. Banek- Dr. Nemes- Dr. Szanyó- Dr. Tihanyi- Dr. Vajda (2002): *Masszörképzés A-tól Z-ig I-III*. Malawi Kiadó. Győr.

Ilona Daiker (1999): *SHIATSU -A gyógyító érintés*. Bioenergetic Kft. Budapest

Dr. Franz Wagner (1990): *Reflexzóna-masszázs mindenkinek*. Medicina Kiadó. Budapest.
