

Tárgytematika / Course Description

Masszázs

ANTSRA2011

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Planicsek István

Félév / Semester: 2020/21/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/2/0

Tárgy féléves óraszám /

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

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

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 nappali tagozatos hallgatók a gyakorlati órákon frissítőmasször-képzésben részesülnek, készségszinten elsajátítják a frissítőmasszázs kezelés kivitelezését.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

A tantárgy tartalma:

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

Tantárgyi kompetencia:

- a masszázskok típusainak ismerete (frissítő-, gyógy-, sportmasszázs)
- a masszázskok alkalmazásának feltételei
- indikációk és kontraindikációk ismerete
- a masszázskokkal szemben támasztott követelmények
- masszázskok alapfogásai, gyakorlati ismeretek

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESMENT'S METHOD

- rendszeres óralátogatás
- 3-5 oldalas beadandó dolgozat
- gyakorlati vizsga sikeres teljesítése

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Kötelező illetve ajánlott jegyzetek, irodalom jegyzéke:

Planicsek István (2008): Masszázskezelések, masszázskoreceptek. 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.

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

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