

**Szczegółowy program kursu pt:
„Masaż funkcyjny, poprzeczny i inne techniki masażu wykorzystywane
w fizjoterapii”**

Termin realizacji: 28 -29 listopada 2020

Dzień 1.

Godz. 9.00- 9.45

Część teoretyczna (1h)

1. Definicja masażu tkanek głębokich, masażu poprzecznego i funkcyjnego, zasady masażu i jakość dotyku: siła i narzędzia pracy wykorzystywane do nacisku (kciuki, palce, kostki, pięści, przedramię, łokieć).
2. Strategie pracy z pacjentem; pozycja pacjenta w rozciągnięciu mięśnia w różnych pozycjach ułożeniowych.
3. BHP pracy z pacjentem. Ergonomia pracy terapeuty.
4. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu funkcyjnego i poprzecznego. Miejsca na ciele pacjenta wymagające ostrożności.

Część praktyczna (17h)

Godz. 9.45- 13.00 (około godziny 11.00 przerwa kawowa)

1. Masaż funkcyjny i poprzeczny stopy; mięśnie obciążone przy stopie wydrążonej oraz stopie spłaszczonej i płaskiej.
2. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni podudzia; troczek prostowników,
 - strona przednia podudzia: mięsień piszczelowy przedni, mięśnie strzałkowe, mięsień prostownik długi palców
 - tylna podudzia- mięsień trójgłowy łydki.

N.

3. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni uda:

- strona przednia: mięsień czworogłowy uda i mięsień krawiecki,
- strona tylna: mięśnie kulszowo- goleniowe (dwugłowy uda, półścięgnisty i półbłoniasty),
- strona boczna- mięsień naprężacz powięzi szerokiej,
- strona przyśrodkowa - mięśnie przywodziciele stawu biodrowego (krótki, długi, wielki, smukły).

Godz. 13.00- 14.00

Przerwa obiadowa

Godz. 14.00- 17.45 (około godziny 15.30 przerwa kawowa)

4. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni miednicy: mięsień pośladkowy wielki i średni, mięsień gruszkowaty.

5. Praca z kością krzyżową i guziczną, praca z więzadłami stawu krzyżowo- biodrowego: krzyżowo-
guzowym i biodrowo- lędźwiowym.

6. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kręgosłupa lędźwiowo- krzyżowego (mięsień biodrowo-
lędźwiowy i mięsień czworoboczny lędźwi).

7. Praca z przeponą:

- z utrwalonym wdechowym nawykiem oddychania,
- z utrwalonym wydechowym nawykiem oddychania.

Dzień 2.

Godz. 9.00 13.00 (około godziny 11.00 przerwa kawowa)

8. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kręgosłupa piersiowego (mięśnie przykręgosłupowe-
rotatory długie i krótkie, mięśnie półkolcowe, mięsień wielodzielny oraz mięśnie najszerszy grzbietu i
zębaty przedni dolny).

9. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni obręczy barkowej (mięsień piersiowy większy, mięsień piersiowy mniejszy, mięśnie nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy, obły mniejszy, obły większy i podłopatkowy).
10. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kończyny górnej: ramienia (mięśnie dwugłowy i trójgłowy), przedramienia i ręki (mięśnie zginacze i prostowniki nadgarstka).
11. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni szyi (mięsień czworoboczny, mięsień dźwigacz łopatki, mięśnie pochyłe szyi i mięsień mostkowo- obojczykowo- sutkowaty).

Godz. 13.00-14.00

Przerwa obiadowa

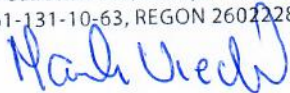
Godz. 14.00-16.30

12. Praca mięśniowo- powięziowa na czaszce (mięsień czołowo- potyliczny i mięsień skroniowo- ciemieniowy), dekompresja czaszkowa i mięśnie podpotyliczne.
13. Inne techniki masażu- terapia punktów spustowych mięśniowo- powięziowych omówionych grup mięśniowych.
14. Inne techniki masażu- masaż bańką chińską.
15. Egzamin.


Pełnomocnik właściciela



Aneta Zapata - Wiecheć
27-400 Ostrowiec Św., ul. Kopernika 14 (lp)
NIP 661-131-10-63, REGON 260222897



Kierownik kursu:



dr n. med. Marek Wiecheć
specjalista fizjoterapii
PWZF 146

ul. Kopernika 14 (lp)
27-400 Ostrowiec Św.
tel.: +48 508212230
e-mail: biuro@mediprofit.pl

www.mediprofit.pl

NIP: PL 661 131 10 63
REGON: 260222897
konto: BGŻ o/Ostrowiec Św.:
85 2030 0045 1110 0000 0152 0020

Ostrowiec Św. 20.05.2020r.

**Harmonogram kursu pt: „Masaż funkcyjny, poprzeczny i inne techniki masażu wykorzystywane w fizjoterapii”
Termin realizacji: 28-29 listopada 2020r.**

Część teoretyczna (1h)

1. Definicja masażu tkanek głębokich, masażu poprzecznego i funkcyjnego, zasady masażu i jakość dotyku: siła i narzędzia pracy wykorzystywane do nacisku.
2. Strategie pracy z pacjentem.
3. BHP pracy z pacjentem. Ergonomia pracy terapeuty.
4. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu funkcyjnego i poprzecznego. Miejsca na ciele pacjenta wymagające ostrożności.

Część praktyczna (17h)

1. Masaż funkcyjny i poprzeczny stopy; stopa wydrążona, stopa spłaszczona i płaska.
2. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni podudzia; troczek prostowników, strona przednia i tylna podudzia.
3. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni uda; strona przednia, tylna, boczna i przyśrodkowa.
4. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni miednicy.
5. Praca z kością krzyżową i guziczną, praca z więzadłami stawu krzyżowo- biodrowego.
6. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kręgosłupa lędźwiowo- krzyżowego.
7. Praca z przeponą.
8. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kręgosłupa piersiowego.
9. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni obręczy barkowej.
10. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni kończyny górnej: ramienia, przedramienia i ręki.
11. Masaż funkcyjny i poprzeczny mięśni szyi.





12. Praca mięśniowo- powięziowa na czaszce.

13. Inne techniki masażu- terapia punktów spustowych mięśniowo- powięziowych omówionych grup mięśniowych.

14. Inne techniki masażu- masaż bańką chińską.

15. Egzamin.

Pełnomocnik właściciela



aparatura i sprzęt medyczny
Aneta Zapala - Wiecheć
27-400 Ostrowiec Św., ul. Kopernika 14 (lp)
NIP 661-131-10-63, REGON 260222897

Kierownik kursu:


dr n. med. Marek Wiecheć
specjalista fizjoterapii
PWZF 146

ul. Kopernika 14 (lp)
27-400 Ostrowiec Św.
tel.: +48 508212230
e-mail: biuro@mediprofit.pl

www.mediprofit.pl

NIP: PL 661 131 10 63
REGON: 260222897
konto: BGŻ o/Ostrowiec Św.:
85 2030 0045 1110 0000 0152 0020

