

Nastavni predmet: **PRAKTIČNA NASTAVA-MANEULNA MASAŽA**

Stručno zvanje: Fizioterapeutski tehničar

Razred: IV

Sedmično časova: 1

Godišnje časova: 30

**CILJ PREDMETA:**

Cilj predmeta je da učenici steknu solidna praktična znanja svih metoda i vrsta masaže i da ih primjenjuju u praksi.

**ZADACI PREDMETA su:**

-da učenici praktično na pacijentima primjenjuju savremene metode; da razvijaju radne navike; da upoznaju indiciranje i kontraindiciranje vezano za masažu; da učenici upoznaju sve vrste masti koje se primjenjuju kod pojedinih oboljenja.

**PREGLED PROGRAMSKIH SADRŽAJA:**

Red.br.	Sadržaj	časova
1.	Uvod u predmet	3
2.	Glađenje	5
3.	Gnječenje	5
4.	Lupkanje	2
5.	Vibriranje	4
6.	Štipkanje	3
7.	Nabiranje kože	4
8.	Rastresanje	2
9.	Samomasaža	1
10.	Odmarajuća masaža	1
	<b>Ukupno:</b>	<b>30</b>

**PROGRAMSKI SADRŽAJI:**

- 1. UVOD U PREDMET - 3 časa**
  - upoznavanje učenika sa rekvizitima potrebnim za masažu, kao i vrstama masti i prašaka koji se primjenjuju u suvremenim metodama masaže.
- 2. GLAĐENJE- 5 časova**
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje kod traumatskih slučajeva ( fraktura, kontraktura)
- 3. GNJEČENJE- 5 časova**
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje kod ortopedskih i hirurških bolesnika ( kontuzije, luksiranje)

4. LUPKANJE – 2 časa
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje kod vanzglobnog reumatizma
5. VIBRIRANJE- 4 časa
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje za primjenu ( sportske povrede)
6. ŠTIPKANJE - 3 časa
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje za primjenu ( u sportu kao relaksativna masaža)
7. NABIRANJE KOŽE - 4 časa
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje za primjenu ( kod neuroloških slučajeva- neuralgija)
8. RASTRESANJE– 2 časa
  - tehnika izvođenja,
  - fiziološko dejstvo,
  - indiciranje za primjenu ( u kozmetici, dermatološki slučajevi)
9. SAMOMASAŽA– 1 čas
  - tehnika izvođenja ( kod zdravih osoba)
10. ODMARAJUĆA MASAŽA- 1 čas
  - tehnika izvođenja ( kod sportista raznih sportskih disciplina)