

Оценочные материалы промежуточной аттестации

МАССАЖ, 7 семестр

Код, направление подготовки	49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
Направленность (профиль)	Спортивно-оздоровительный туризм
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

Типовые задания для контрольной работы

Темы контрольной работы (реферативного типа) 7 семестр

1. Техника и методика сегментарного массажа
2. Техника и методика периостального массаж
3. Техника и методика соединительно-тканного массажа
4. Техника и методика китайского массажа
5. Техника и методика точечного массажа
6. Техника и методика индийского массажа
7. Техника и методика меридиального массажа
8. Техника и методика аурикулярного массажа
9. Техника и методика тибетско – монгольского массажа
10. Техника и методика массажа Кум-Ньяй
11. Техника и методика массажа по системе до-ин
12. Техника и методика косметического массажа
13. Техника и методика аппаратного массажа
14. Техника и методика массажа в бане
15. Техника и методика гидро и бальнеотерапии
16. Особенности проведения массажа у юных спортсменов, женщин и лиц пожилого возраста
17. Техника и методика самомассажа
18. Массаж в системе реабилитации спортсменов – инвалидов
19. Массаж в системе реабилитации при гиподинамии
20. Массаж детей в раннем возрасте
21. История возникновения массажа
22. Системы массажа
23. Техника и методика русской системы массажа
24. Техника и методика шведской системы массажа
25. Техника и методика финской системы массажа
26. Техника и методика проведения сегментарно-рефлекторного массажа
27. Техника и методика лечебного массажа
28. Техника и методика спортивного массажа

Типовые вопросы к зачету

1. Физиологические механизмы влияния массажа на организм
2. Перечислить приемы классического массажа
3. Перечислить виды классического массажа
4. Общие противопоказания к применению массажа
5. Рекомендации при выполнении массажных приемов
6. Перечислить виды приема «поглаживания»
7. Методические указания при выполнении поглаживания
8. Перечислить виды приема «растирания»
9. Методические указания при выполнении растирания
10. Перечислить виды приема «выжимания»
11. Методические указания при выполнении выжимания
12. Перечислить виды приема «разминание»
13. Методические указания при выполнении разминания
14. Перечислить виды приема «вибрация»
15. Методические указания при выполнении вибрации
16. Перечислить виды ударных приемов
17. Методические указания при выполнении ударных приемов
18. Перечислить приемы «движений» в суставах
19. Дать характеристику лечебному массажу
20. Перечислить виды лечебного массажа
21. Противопоказания и показания к проведению лечебного массажа
22. Дать характеристику сегментарного массажа
23. Дать характеристику спортивного массажа
24. Перечислить виды спортивного массажа