

| | |
|--|---|
| Denumirea disciplinei | Bazele masajului |
| Codul disciplinei | S.03.O.022 |
| Tipul disciplinei | De specialitate, obligatorie |
| Anul de studiu / semestrul | Anul II, semestrul III |
| Limba de predare | Română, rusă |
| Credite ECTS | 4 |
| Numărul de ore de contact/ Numărul total de ore | 60/120 |
| Evaluare | Examen |
| Titularul cursului | Victor Remizov Dr.hab., prof.univ. Liudmila Socolova, Lector universitar, MA |

Conținutul cursului:

Introducere. Istoria apariției și dezvoltării masajului în India, China, Egipt, Grecia, Europa. Tipurile de masaj. Clasificarea. Condiții și reguli pentru practicarea corectă a masajului. Locul și mobilierul. Aptitudinile unui bun maseur. Reguli la efectuarea masajului. Remediile folosite la efectuarea masajului. Exerciții pentru degetele, pumnii, antebraț și coate. **Manevrele masajului și tehnica executării:** Manevrelor de masaj. Principale, secundare. Tehnica executării masajului. **Masaj general și secundar.** (Masajul general: masajul țesuturilor, masajul pielii, masajul articulațiilor, masajul mușchilor). **Masaj general și secundar.** (Masajul parțial: masajul capului, masajul gâtului, masajul toracelui, masajul abdomenului, masajul membrelor superioare, masajul membrilor inferioare).

Finalități de studiu:

La finalizarea acestui curs, studentul trebuie să demonstreze următoarele cunoștințe, abilități și competențe: Să cunoască substanțe folosite pentru executarea masajului. Efecte substanțelor pentru masaj local și general asupra pielii. Evaluarea și adaptarea programului de lucru; Competențe necesare de a susține ședințe de masaj și de a lua decizii corecte în legătura cu tehnicile masajului. Să aprecieze actualitatea studierii disciplinei în exercitarea activității profesionale; Să argumenteze necesitatea cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei în executarea masajului. Să descrie examinarea subiectului. Să sistematizeze și să comunice rezultatele investigațiilor. Să demonstreze capacități comunicative adecvate situațiilor de practică profesională. Să stabilească relațiile dintre starea de sănătate și modul de viață a subiectului; Să selecteze și să aplice unele metode de evaluare adecvate obiectivelor sau competențelor la domiciliu.

Bibliografie:

1. Campeanu M., Debeurre A.I., Campeanu B.M. Masaj – tehnici de aplicare, ediția III-a, Cluj-Napoca, Mediamira, 2005.
2. Dragan I., Petrescu O. Masaj-Automasaj-Refacere-Recuperare, București, Editas, 1993.
3. Ghid practic de tehnici orientale și occidentale. București: Bîc All. 2002.
4. Papilian V. Anatomia omului. Vol. I, II. București: Bîc All, 2003.
5. Shiatsu. Masajul care vindecă. București: Niculescu SRL, 2003.
6. Singer Helene. Rețete cosmetice la îndemânarea ta. București: Axel Springer, 2001.
7. Tioshi Wu. O. Masajul terapeutic. Antet, 2003.
8. Zorini Maurizio Omodei. Masajul indian. Ghid practic. București: Polirom, 2005.
9. М.Б. Ингергейб, М.С. Панаев, Е.А. Морозова. Медицинский, лечебный и косметический массаж: полный практический курс. М: Медицина, 2010.
10. Пескарева Н.А. 500 техник массажа. От простых до самых сложных. М: ООТД Мир книги, 2008.
9. [Ministerul Sănătății al Republicii Moldova.- www.ms.gov.md/](http://www.ms.gov.md/)