

**Kolegij: Medicinska masaža**  
**Voditelj: Mr.sc. Ariana Fužinac-Smojver, dr. med.**  
**Katedra: Katedra za temeljne medicinske znanosti**  
**Studij: Stručni studij fizioterapije**  
**Akadska godina: 2022./2023.**

## IZVEDBENI NASTAVNI PLAN

**Podaci o kolegiju (kratak opis kolegija, opće upute, gdje se i u kojem obliku organizira nastava, potreban pribor, upute o pohađanju i pripremi za nastavu, obveze studenata i sl.):**

U sklopu predmeta student upoznaje:

Svrha proučavanja medicinske masaže u fizioterapiji. Upoznavanje medicinske tehnike, način izvođenja i primjene klasične ručne masaže, osnovne hvatove, te kontraindikacije.

Primijeniti KLM u ortopediji, gerijatriji, neurokirurgiji, traumatologiji u cilju smanjenja boli povećanja opsega pokreta kod kontraktura. Razlikovati higijensku, sportsku, medicinsku masažu. Manualna terapija uključuje terapijsku masažu, vezivno tkivnu masažu, manualnu limfnu drenažu. U sklopu kolegija student će se upoznati s povjesti masaže s posebnim osvrtom na kinesku masažu, refleksologiju, samomasažu, aromaterapiju, shiatsu i sportsku masažu

Savladavanjem sadržaja predmeta student će usvojiti teorijske i praktične spoznaje o osnovnim metodama masaže, njezinim općim djelovanjem kao što su osjećaj ugone i opuštenosti, smirujuće djelovanje i uklanjanje umora te biti sposoban oblikovati zaključke u okviru fizioterapijskog procesa.

Savladavanjem sadržaja predmeta student će usvojiti znanja potrebna za praćenje i usvajanje sadržaja predmeta uže stručne discipline.

Savladavanjem sadržaja kolegija student će biti sposoban:

- 1 razumjeti važnosti medicinske masaže kao sastavnog dijela fizioterapijskih postupaka,
- 2 razumjeti, opisati, analizirati i usporediti osnovne metode,
- 3 demonstrirati temeljne praktične vještine provedbe subjektivnih i objektivnih postupaka u fizioterapiji,
- 4 koristiti različite vrste tehnika i postaviti specifične ciljeve koji se ostvaruju kroz primjenu terapijskih vježbi te interpretirati rezultate,
- 5 oblikovati zaključke procjene, te ih koristiti u planiranju fizioterapijske intervencije,
- 6 aktivno sudjelovati u sveobuhvatnoj timskoj procjeni korisnika.

### **Izvođenje nastave:**

Nastava se izvodi u obliku predavanja (15h), i vježbi(15h). Predviđeno vrijeme trajanja nastave je ukupno 8 tjedna. Tijekom vježbi nastavnik pokazuje te nadzire aktivno sudjelovanje studenata u izvođenju vježbi.

Nastavnici sa studentima raspravljaju o specifičnostima izvođenja pojedine vježbe. Tijekom nastave održat će se obvezni kolokvij, te na kraju nastave usmeni završni ispit. Izvršavanjem svih nastavnih aktivnosti te

pristupanjem obveznom kolokviju i završnom ispitu student stječe 2 ECTS bodova.

**Popis obvezne ispitne literature:**

1. Grozdek, G i suradnici: Temelji medicinske masaže. Zagreb: Hrvatska udruga fizioterapeuta, 1998.
2. Filipović V., Klaić, I., Jakuš, L.: Evaluacijska lista za procjenu terapijskih postupaka. Zagreb: Visoka zdravstvena škola, 1997.
3. Jakuš, L., Klaić, I.: Fizioterapijska procjena – nastavni tekstovi. Zagreb: Visoka zdravstvena škola, 2003.

**Popis dopunske literature:**

1. Amundsen, L. R.: Muscle Strength Testing – Instrumented and Non Instrumented Systems. New York: Churchill Livingstone, 1990.
2. Hislop, H. J., Montgomery, J.: Daniel's and Worthingham's Muscle Testing – Techniques of Manual Examination. Philadelphia: W. B. Saunders Company, 1995.
3. Klein Vogelbach, S.: Functional Kinetics. Berlin: Springer – Verlag, 1990.
4. Magee, D. J.: Orthopedic Physical Assessment. Philadelphia: W. B. Saunders Company, 1992.
5. Norkin, C. C., White, D. J.: Measurement of Joint Motion – A Guide to Goniometry. Philadelphia: F. A. Davis Company, 1995.
6. Wadsworth, C. D.: Manual examination and treatment of the spine and extremities. Baltimore: Williams and Wilkins, 1988.

**Nastavni plan:**

**Popis predavanja (s naslovima i pojašnjenjem):**

**P 1,2,3 Uvod, Povijest masaže**

Ishodi učenja:

Objasniti opću definiciju masaže Upoznati se povijesnim razvojem masažnih tehnika drevnih civilizacija  
Upoznati se i usvojiti znanje o istom.

**P 4,5,6 Suvremena masaža 19.stoljeća**

Ishodi učenja

Upoznati se sa primjenom i evaluacijom masaže u suvremenom svijetu.

**P 7,8,9 Klasična ručna masaža, Vezivno-tkivna masaža.**

Ishodi učenja:

Usvojiti znanja i znati jasno definirati te prepoznati pojedine vrste KLM i VTM. Znati osnovna načela primjene KRM i VTM te prepoznati kontraindikacije.

**P10,11,12 Refleksologija, Samomasaža**

Ishodi učenja:

Usvojiti osnovna načela pristupa pacijentu.

Objasniti način pregleda i masaže refleksnih zona lica, stopala i šake pacijenta. Usvojiti osnovna znanja o samomasaži. Objasniti postupak provođenja samomasaže..Znati metode primjene.

**P13,14,15 Sportska masaža, Aromaterapija**Ishodi učenja:

Znati osnovna načela primjene sportske masaže, prije sportske aktivnosti, tijekom i nakon. Objasniti tehnike izvođenja masaže i interpretiranje učinkovitosti. Razumjeti ponovljivost, objektivnost i interpretaciju.

Znati objasniti pojedine ljekovite učinke ekstrakta biljaka. Razumjeti način izvođenja pojedine tehnike aplikacije i intervencije. Objasniti indikacije i kontraindikacije za izvođenje pojedinih tehnika intervencija.

**Popis vježbi s pojašnjenjem:**

Vježbe se izvode na Fakultetu zdravstvenih studija u Kabinetu za fizioterapijsku procjenu.

Prije pristupa vježbama studenti su dužni usvojiti teorijsko znanje koje će izvoditi praktično.

Studenti će praktično izvoditi vježbe na svojim kolegama. Za prisustvovanje vježbi potrebno je imati kratke sportske hlače, majicu, tenisice.

**Vježbe**

	<b>Tema</b>	<b>Broj sati</b>	<b>Mjesto održavanja</b>
V1	Klasična ručna masaža	3	Kabinet za fizioterapijsku procjenu
V2	Limfna drenaža	3	Kabinet za fizioterapijsku procjenu
V3	Refleksologija	3	Kabinet za fizioterapijsku procjenu
V4	Samomasaža	3	Kabinet za fizioterapijsku procjenu
V5	Shiatsu	3	Kabinet za fizioterapijsku procjenu
	Ponavljjanje i kolokvij		Kabinet za fizioterapijsku procjenu

**Obveze studenata:**

Studenti su obvezni redovito pohađati i aktivno sudjelovati u svim oblicima nastave. Nadoknade vježbi nema. Za pristupanje ispitu potrebno je uspješno kolokvirati dva obavezna kolokvija.

**Ispit (način polaganja ispita, opis pisanog/usmenog/praktičnog dijela ispita, način bodovanja, kriterij ocjenjivanja):****ECTS bodovni sustav ocjenjivanja:**

Ocjenjivanje studenata provodi se prema važećem **Pravilniku o studijima Sveučilišta u Rijeci**, te prema **Pravilniku o ocjenjivanju studenata na FZS u Rijeci** (usvojenom na Fakultetskom vijeću FZS u Rijeci).

Rad studenata vrednovat će se i ocjenjivati tijekom izvođenja nastave, te na završnom ispitu. Od ukupno **100 bodova**, tijekom nastave student može ostvariti **50 bodova**, a na završnom ispitu **50 bodova**.

Ocjenjivanje studenata vrši se primjenom ECTS (A-E) i brojčanog sustava (1-5). Ocjenjivanje u ECTS sustavu izvodi se apsolutnom raspodjelom, te prema dodiplomskim kriterijima ocjenjivanja.

Od maksimalnih 50 ocjenskih bodova koje je moguće ostvariti tijekom nastave, student mora sakupiti minimum od 25 ocjenskih bodova da bi pristupio završnom ispitu. Studenti koji sakupe manje od 25 ocjenskih bodova neće moći pristupiti završnom ispitu, te moraju ponovno upisati kolegij.

Ocjenske bodove student stječe aktivnim sudjelovanjem u nastavi, izvršavanjem postavljenih zadataka i izlascima na kolokvije budući se na sljedeći način:

**I. Tijekom nastave vrednuje se (maksimalno do 50 bodova):**

a) obvezni kolokviji (2)

**Obvezni kolokviji (2)**

Tijekom nastave svi studenti su obvezni pristupiti na **dva kolokvija**. Tijekom izvođenja kolokvija voditelj ocjenjuje usvojeno znanje i vještinu svakog studenta i ocjenjuje bodovima na sljedeći način:

<b>ocjena</b>	<b>ocjenski bodovi</b>
Nedovoljan	0
Dovoljan	12,5
Dobar	15
Vrlo dobar	20
Izvrstan	25

**Završni ispit je usmeni ispit.** Nosi maksimalno 50 ocjenskih bodova.

Uspjeh na završnom ispitu pretvara se u ocjenske bodove na sljedeći način:

Nedovoljan	0
Dovoljan	25
Dobar	30
Vrlo dobar	35
Izvrstan	50

Ocjenjivanje u ECTS sustavu vrši se apsolutnom raspodjelom, odnosno na temelju konačnog postignuća:  
 A = izvrstan (5) 90- 100% bodova  
 B = vrlo dobar (4) 75 – 89,9%  
 C = dobar (3) 60-74,9%  
 D=dovoljan (2) 50 – 59,9%  
 ISPOD JE NEDOVOLJAN (1)F

**Mogućnost izvođenja nastave na stranom jeziku:**

da

**Ostale napomene (vezane uz kolegij) važne za studente:**

Nastavni sadržaji i sve obavijesti vezane uz kolegij kao i ispitni termini nalaze se na mrežnim stanicama Fakulteta zdravstvenih studija u Rijeci.

## SATNICA IZVOĐENJA NASTAVE (za akademsku 2022./2023. godinu)

Datum	Predavanja (vrijeme održavanja)	Seminari-Vježbe (vrijeme održavanja)	Nastavnik/suradnik
21.11.22.	P1,2,3 (13,00-15,00)		A.Fužinac-Smojver
21.11.22.		V1A (15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver
22.11.22.	P4,5,6 (13,00-15,00)		A.Fužinac-Smojver
22.11.22.		V1B (15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver
28.11.22.	P7,6,9 (13,00-15,00)		A.Fužinac-Smojver
28.11.22.		V2A (15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver
05.12.22.	P10,11,12 (13,00-15,00)		A.Fužinac_Smojver
05.12.22.		V2B(15,00-17,00)	A.Fužinac Smojver
12.12.22.	P13,14,15 (13,00-15,00)		A.Fužinac-Smojver
12.12.22.		V3A(15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver
12.12.22.		V3B(17,00-19,00)	A.Fužinac-Smojver
19.12.22.		V4A(13,00-15,00)	A.Fužinac-Smojver
19.12.22.		V4B(15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver
09.01.23.		V5A(13,00-15,00)	A.Fužinac-Smojver
09.01.23.		V5B (15,00-17,00)	A.Fužinac-Smojver

## ISPITNI ROKOVI:

MM	16.01.23.	31.01.23.	06.03.23.	20.03.23.	
----	-----------	-----------	-----------	-----------	--