



Національний університет
водного господарства
та природокористування

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО
ГОСПОДАРСТВА ТА ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ АГРОЕКОЛОГІЇ
ТА ЗЕМЛЕУСТРОЮ**

КАФЕДРА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ І ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

05-09-05



Національний університет
водного господарства
та природокористування

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання лабораторних робіт з дисципліни
«Нетрадиційні засоби оздоровлення»
для студентів напрямів підготовки 6.010201 «Фізичне
виховання» та 6.010203 «Здоров'я людини» денної форми навчання

Рекомендовано
методичною комісією за
напрямом підготовки
6.010203 «Здоров'я людини»
Протокол № 2
від 29 січня 2015 р.

Рівне-2015



Національний університет

водного господарства
та природокористування

Григус І.М. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт з дисципліни «Нетрадиційні засоби оздоровлення» для студентів напрямів підготовки 6.010201 «Фізичне виховання» та 6.010203 «Здоров'я людини» денної форми навчання / І.М. Григус. – Рівне: НУВГП, 2015. – 30 с.

Упорядник: **Григус І.М.**, доктор медичних наук, професор.

Відповідальний за випуск: **Н.Є. Нестерчук**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

© Григус І.М., 2015
© НУВГП, 2015



ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ	5
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ	6
РОЗДІЛ 3. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ	27
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА	29





ВСТУП

Мета викладання дисципліни – вивчення основних понять нетрадиційної медицини, вивчення сукупності форм та методів, які використовуються для фізичної реабілітації пацієнтів, висвітлення засобів нетрадиційного оздоровлення.

Завдання вивчення дисципліни полягає у розширенні світогляду студентів, формуванні у студентів цілісного уявлення про можливості, форми і засоби нетрадиційної медицини, розуміння її місця та ролі у профілактиці захворювань та комплексному лікуванні пацієнтів, а також ознайомлення з конкретними практичними навичками із метою оволодіти ними.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати: роль і значення нетрадиційної медицини в фізичній реабілітації, відмінності нетрадиційної медицини від офіційної, основні діагностичні та лікувальні методи нетрадиційної медицини;

вміти: визначити стан органів та систем організму, застосовувати основні засоби для оздоровлення.

Запропоновані методичні вказівки дозволять забезпечити максимальну самостійність студентів під час підготовки до лабораторних занять та їх проведення, повністю відповідають ОКХ і ОПП напрямів підготовки 6.010201 «Фізичне виховання» та 6.010203 «Здоров'я людини».



РОЗДІЛ 1 ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Нетрадиційні методи оздоровлення 6 семестр		
1	Тема 1. Поняття про нетрадиційну медицину.	2
2	Тема 2. Гомеопатія.	2
3	Тема 3. Апітерапія.	2
4	Тема 4. Рефлексотерапія.	2
5	Тема 5. Сучасні рефлексодіагностичні методи.	2
6	Тема 6. Біоенерготерапія.	2
7	Тема 7. Методи діагностики та лікування за допомогою біополя.	2
8	Тема 8. Аутогенне тренування.	2
9	Тема 9. Кольоротерапія.	2
10	Тема 10. Пульсова діагностика.	2
	Разом за змістовим модулем 1	20
Змістовий модуль 2. Нетрадиційні засоби оздоровлення 7 семестр		
11	Тема 11. Система здоров'я Ніші.	2
12	Тема 12. Система Норбекова.	2
13	Тема 13. Рейкі.	2
14	Тема 14. Іридодіагностика.	2
15	Тема 15. Медична астрологія та астроанатомія.	2
16	Тема 16. Біоритмологія.	2
17	Тема 17. Лінгводіагностика.	2
18	Тема 18. Ароматерапія.	2
19	Тема 19. Су-Джок терапія.	2
20	Тема 20. Нетрадиційні методи очищення організму.	2
	Разом за змістовим модулем 2	20



МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Лабораторне заняття № 1

Поняття про нетрадиційну медицину

Мета: Оволодіти знаннями про нетрадиційну медицину, особливо – нетрадиційні засоби оздоровлення.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з коротким історичним екскурсом розвитку і становлення нетрадиційної медицини.
3. Самостійно провести порівняльний аналіз переваг і недоліків офіційної та нетрадиційної медицини.

Короткий огляд теми

Поняття про нетрадиційну медицину. Історія понять «традиційна» і «народна» медицина. Основні переваги і недоліки офіційної та нетрадиційної медицини.

Нетрадиційна медицина має певні переваги над офіційною. Вона лікує не одну хворобу, а організм людини в цілому, враховуючи фактори навколишнього середовища, внутрішні біологічні ритми людини. Засоби, які вживає ця медицина, є нешкідливі для організму. Профілактика і лікування проводяться з врахуванням факторів навколишнього середовища, медичної астрології, відсутні побічні дії, алергічні реакції, можливість оздоровлення та самолікування в домашніх умовах, тощо.

Основними діагностичними методами нетрадиційної медицини є: рефлексодіагностика, іридодіагностика, екстрасенсорна діагностика, пульсова діагностика, лінгводіагностика.

Основними лікувальними методами є: апітерапія, фітотерапія, рефлексотерапія, гомеопатія, біоенергоінформотерапія, рейкі, сужок.



Питання для співбесіди

1. Дайте визначення поняття нетрадиційна медицина.
2. Короткий історичний екскурс розвитку і становлення нетрадиційної медицини
3. Історія понять «традиційна» і «народна» медицина.
4. Основні переваги і недоліки офіційної та нетрадиційної медицини.

Лабораторне заняття № 2

Гомеопатія

Мета: Оволодіти навичками самостійного розрахунку розведень в гомеопатії.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з десятиними та сотенними розведеннями.
3. Самостійно провести аналіз гомеопатичних препаратів.

Короткий огляд теми

Поняття про гомеопатію, як метод нетрадиційної медицини. Основні гомеопатичні симптоми при різних захворюваннях. Принципи застосування гомеопатичних ліків. Найпростіші гомеопатичні ліки в практиці фізичної реабілітації.

Гомеопатія – лікування подібного подібним із застосуванням малих і надто малих доз ліків. Маючи для кожного лікарського препарату його “портрет” або спектр симптомів, лікар може порівняти його зі спектром симптомів у хворого і за наявності схожості назначати курс лікування. Лікування подібного подібним – основний принцип гомеотерапії.

Ефективність дії гомеопатичних ліків знаходиться в прямій залежності від точності вибору їх за спектрами симптомів індивідуально кожному хворому. Гомеотерапія діє не на хворобу, а на весь організм в цілому.

Теоретичною основою гомеопатії може бути вчення відомого фізіолога М. Є. Введенського про парабіоз: “При захворюванні



змінюється фізіологічна лабільність тканин. Кожна тканина може витримувати лише певну величину функціонального навантаження. При захворюванні у ній виникає явище перезбудження, тобто місцеве стійке збудження, що не розповсюджується. Це проявляється ознаками (симптомами) пригнічення функцій. У такому стані сприймаються лише слабкі специфічні подразники і не сприймаються сильні. Таким чином, прояви хвороби можна сприймати як стан парабіозу тканин”.

Питання для співбесіди

1. Гомеопатія.
2. Системи розведень в гомеопатії.
3. Ізотерапія.

Лабораторне заняття № 3



Мета: Оволодіти навичками самостійного підбору апіпрепаратів.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з апіпродуктами.
3. Самостійно проаналізувати апіфітопродукти.

Короткий огляд теми

Цілющі властивості продуктів бджільництва: меду, пилку рослин, маткового молочка, прополісу, бджолиного воску. Застосування продуктів бджільництва в комплексному лікуванні найбільш поширених хвороб людини.

До продуктів бджільництва належать мед, пилок рослин, маточкове молоко, прополіс, пергу, бджолиний віск і отруту. Лікування продуктами бджільництва набуло нині наукового та експериментального підґрунтя. Клінічні спостереження показали, що апітерапія дає хороші терапевтичні ефекти, і повинна широко застосовуватись у комплексному лікуванні хворих.



Питання для співбесіди

1. Продукти бджільництва.
2. Основні властивості та сфери застосування меду.
3. Застосування прополісу.
4. Застосування меду.

Лабораторне заняття № 4

Рефлексотерапія

Мета: Ознайомитись з основами рефлексотерапії.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Теоретичні основи рефлексотерапії.
3. Ознайомитись з меридіанами.
4. Властивості БАТ.

Короткий огляд теми

Східні медичні концепції. Добові ритми циркуляції енергії в меридіанах. Вплив ритмів природи на циркуляцію енергії (місячні, річні ритми). Засоби впливу на точки акупунктури: точковий масаж, припалювання, голковколювання, електропунктура, лазеропунктура, магнітопунктура. Показання та протипоказання. Техніка виконання цих методик.

Рефлексотерапія – лікувальний метод ціленаправленої дії на організм різними фізичними факторами, що призводять до подразнення рецепторів шкіри і тканин, що лежать глибше. Це у свою чергу викликає розвиток багаторівневих рефлекторних і нейрогуморальних реакцій організму, обумовлених інтегративною діяльністю нервової системи, забезпечуючих нормалізацію гомеостазу.

Характерними особливостями рефлексотерапії являються: мала зона впливу, специфічний характер подразнення, можливість викликати направлені рефлекторні реакції зі сторони визначеного органа і поєднувати їх із загальною дією на організм, ефективність



як при функціональних, так і при органічних ураженнях, можливість спрямованого впливу на окремі симптоми захворювання, відсутність ускладнень і алергічних реакцій.

Питання для співбесіди

1. Рефлексотерапія.
2. Характеристика БАТ.
3. Локалізація БАТ.
4. Техніка впливу на БАТ.

Лабораторне заняття № 5

Сучасні рефлексодіагностичні методи

Мета: Оволодіти навичками самостійного рефлексодіагностичного обстеження.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з різними методами дослідження.

Короткий огляд теми

Методи рефлексодіагностики: електропунктурна діагностика за Р.Фоллем, електропунктурна діагностика за Акабане. Автоматизовані діагностичні системи. Аурікулодіагностика та аурікулотерапія – метод східної рефлексотерапії через подразнення активних точок вушної раковини. Поняття про аурикулярні БАТ, їх характеристика в нормі та в патології. Картографія вушної раковини (проекція частин тіла та внутрішніх органів). Техніка аурікулодіагностики та аурікулотерапії.

Методологія Фолля побудована на злитті основ класичної китайської акупунктури, гомеопатії і сучасних емпіричних концепцій у фізиці. Акабане довів, що патологія любого органу веде до змін фізичних властивостей відповідного меридіану. Це виявляється у зміні чутливості його кінцевих точок. Тобто, при наявності патології з однієї сторони нормочутливість кінцевих точок меридіанів буде різною. Метод Накатані (1950-1977 рік)



грунтується на вимірюванні електрошкірного опору в репрезентативних точках, розміщених на 12 класичних меридіанах.

Питання для співбесіди

1. Рефлексодіагностика.
2. Метод Р.Фолля.
3. Діагностика за Акабане.

Лабораторне заняття № 6

Біоенерготерапія

Мета: Оволодіти навичками самостійного визначення біополя.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з чакрами людини.
3. Самостійно провести визначення порушень біополя.

Короткий огляд теми

Поняття про біоенерготерапію, її значення та роль в роботі фізичного реабілітолога. Енергетична будова людини. Енергетичні центри (чакри). Екстрасенсорна діагностика та медична біолокація. Робота з маятником для підбору ліків, харчових продуктів, тощо.

Всі люди Землі мають біополе, яке утворюється від біологічної енергії, що виробляється нашими органами і рівномірно розподіляється навкруг нашого тіла на певній відстані від його поверхні. Величина біополя залежить від стану здоров'я організму в цілому і окремих його органів. Внутрішня енергія розташовується на семи енергетичних рівнях (чакрах), які в організмі розміщені по вертикалі і горизонталі. Чакри по вертикалі:

Муладхара (“статевая”), *Свадхістхана* (куприкова чакра), *Маніпура* (чакра сонячного сплетіння), *Анахата* (серцева), *Вішудха* (чакра горла), *Аджна* (чакра третього ока), *Сахасрара* (сама вища чакра або тисячепелюстковий лотос).



1. Біоенерготерапія.
2. Чакри.
3. Екстрасенсорна діагностика.
4. Робота з маятником.

Лабораторне заняття № 7

Методи діагностики та лікування за допомогою біополя

Мета: Оволодіти основними навичками безконтактного масажу.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з прийомами діагностики.
3. Самостійно провести корекцію біополя.

Короткий огляд теми

Нейрофізіологічні основи безконтактного масажу. Підготовка рук, техніка виконання безконтактного масажу. Безконтактний масаж деяких проєкційних зон Захар'іна-Геда. Знайомство із методикою “рейкі”. Принципи біоенергокорекції. Психосоматичний захист під час роботи з пацієнтами.

Із методів діагностики виділяють діагностику контактним і безконтактним методом за допомогою рук, медитаційну візуалізаційну діагностику, діагностику за “фантомом”, біолокаційні методи діагностики.

Діагностувати стан здоров'я чи хвороби організму людини можна при прямому енергетичному контакті чи безконтактно.

При прямому – тримають руку над органом, візуалізуючи його і досліджуючи відчуття від рук (живе образне мислення і уява).

Безконтактно – по межі енергетичної оболонки людини (ще є розумова та інтелектуальна оболонки). Енергетична оболонка повторює обриси фізичного тіла, виступаючи за його межі на 3-5 см, над головою вона знаходиться на висоті 5-35 см і навіть вище, залежно від фізичного стану індивідуума, його конституції і ін. Вона завжди виступає за межі волосяних покривів.



Питання для співбесіди

1. Безконтактний масаж.
2. Техніка проведення процедур.
3. Захист під час роботи з пацієнтами.

Лабораторне заняття № 8

Аутогенне тренування

Мета: Оволодіти основними навичками проведення аутогенного тренування.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з прийомами аутогенного тренування.
3. Самостійно провести сеанс аутогенного тренування.

Короткий огляд теми

Нейрофізіологічні основи аутогенного тренування. Підготовка навіювання, техніка виконання розслаблення. Методика проведення аутогенного тренування за методикою Шульца.

В останні роки особливу популярність завоював такий метод психотерапії, як аутогенне тренування. Він був запропонований вперше в 1932 році німецьким лікарем І.Г. Шульцем. В основі аутогенного тренування лежить методика самонавіювання і розслаблення. Фізіологами доведено, що від м'язів всього тіла у мозок надходить величезна кількість імпульсів, а м'язи тіла – немов величезне, широке чутливе поле організму. Ці імпульси неусвідомлювані, але вони надають суттєвий вплив на протікання різних нервових процесів у мозку, в тому числі і в його корі. Знімаючи м'язову напругу, розслабляючи м'язи, ми як би вимикаємо величезне число нервових імпульсів, і, таким чином сприяємо зменшенню збудливості мозку.

Питання для співбесіди

1. Аутогенне тренування.



2. Техніка проведення процедур.
3. Захист під час роботи з пацієнтами.

Лабораторне заняття № 9

Кольоротерапія

Мета: Оволодіти основними навичками застосування кольоротерапії.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з дією кольорів на організм людини.
3. Самостійно провести підбір кольорів за різних станів організму.

Короткий огляд теми

Нейрофізіологічні основи кольоротерапії. Основні характеристики кольорів. Вплив різних кольорів на організм.

Загальновідомий той факт, що кольоровідчуття не тільки формують в мозку фон оточуючого нас простору, але і роблять сильний вплив на психіку і організм людини. Адже інформація, що поступає із зовнішнього світу через зоровий канал сприйняття, прямує не тільки в зоровий центр неокортеса, але також і в інші області мозку, де основні кольори (червоний, жовтий, зелений і синій) надають найрізноманітніші дії на різні центри вироблення гормонів, нервових імпульсів (управління фізичними і фізіологічними процесами) і навіть на формування свідомості. Тут же розмова піде про взаємозв'язок кольору і здоров'я.

Кольоротерапію можна використовувати різними способами – впливати направленим забарвленим кольором на великі ділянки тіла або все тіло цілком, точкова направлена дія на біологічно активні точки (кольороакупунктура) і за допомогою медитативної техніки уяви кольору.

Психофізіологічні характеристики кольорів. Практична кольоротерапія.



Питання для співбесіди

1. Основні групи кольорів.
2. Психофізіологічні характеристики кольорів.
3. Практична кольоротерапія.

Лабораторне заняття № 10

Пульсова діагностика

Мета: Оволодіти основними навичками проведення пульсової діагностики.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з основами пульсової діагностики.
3. Самостійно провести пульсову діагностику.

Короткий огляд теми

Нейрофізіологічні основи пульсової діагностики. Основні умови проведення пульсової діагностики. Можливості пульсової діагностики.

Це самий вищий метод діагностики, якого досягла традиційна медицина за багатотисячолітню історію свого існування. Досліджуючи пульс хворого, лікар традиційної медицини може розказати: на що хворів пацієнт протягом життя, яка хвороба і в якій фазі є сьогодні і що чекає його в майбутньому, якщо пацієнт не буде займатися своїм здоров'ям. За пульсом визначалася стать дитини і час смерті людини і багато що інше. На оволодіння такою діагностикою лікар традиційної медицини витрачає багато років.

Визначення темпераменту, стану здоров'я, локалізації хвороби, статі майбутньої дитини за пульсом

Питання для співбесіди

1. Пульсова діагностика.
2. Правила проведення пульсової діагностики.
3. Практичне застосування пульсової діагностики.



Система здоров'я Ніші

Мета: Оволодіти основами застосування системи здоров'я Кацудзо Ніші.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з основами системи здоров'я Кацудзо Ніші.
3. Засвоїти шість правил здоров'я Кацудзо Ніші.

Короткий огляд теми

Створення системи здоров'я Кацудзо Ніші. Система здоров'я Ніші і сучасна медицина. Шість правил здоров'я Кацудзо Ніші.

Засновником цієї системи є вже покійний японський професор Кацудзо Ніші. Основою для розробки цієї унікальної системи він вибрав 362 джерела, які вивчив і перевіряв на практиці.

Система здоров'я Ніші зовсім не є тільки лише комплексом правил і вправ – а скоріше це ціла філософія особливого способу життя – життя згідно законів природи. Система Ніші спрямована не на те, щоб лікувати хвороби, а на те, щоб повернути організму людини здоров'я, повернути людині її справжню суть – єдиної цілісної істоти, нерозривно пов'язаної з усім навколишнім світом, з природою, із Всесвітом, яка не знає хвороб, а знає лише здоров'я.

Зміцнення здоров'я було для Кацудзо Ніші питанням буквально життя і смерті. І він із честю переміг хворобу і ранню смерть, залишивши у спадок людству свій унікальний досвід і свою Систему здоров'я – воістину чудодійну, але при цьому доступну для освоєння кожній людині, бажаної розпрощатися з хворобами і піти шляхом зцілення і здоров'я.

Шість правил здоров'я.

Питання для співбесіди

1. Історія створення системи здоров'я Кацудзо Ніші.
2. Система здоров'я Ніші і сучасна медицина.
3. Шість правил здоров'я Кацудзо Ніші.



Лабораторне заняття № 12

Система Норбекова

Мета: Оволодіти основними вправами системи Норбекова.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із основними положеннями системи Норбекова.
3. Пояснити механізм впливу фізичних вправ.
4. Засвоїти основні вправи системи Норбекова.

Короткий огляд теми

Створення системи Норбекова. Основні положення системи. Освоєння дихання, тренування уявлення. Знайомство з вправами системи Норбекова.

Система Норбекова – це комплекс фізичних, не дуже складних для виконання вправ, особлива методика дихання, аутомасаж, в тому числі і внутрішній, медитативні вправи, які допомагають гармонійно поєднувати, власне, лікувальні процедури із набуттям внутрішньої рівноваги.

Питання для співбесіди

1. Історія створення системи здоров'я Норбекова.
2. Основні положення системи.
3. Основні вправи системи Норбекова.
4. Методика дихання.
5. Відпрацювання основних вправ.

Лабораторне заняття № 13

Рейкі

Мета: Ознайомитися із методикою Рейкі, яка об'єднує в собі можливості багатьох методів зцілення.



Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись з основними положеннями методики Рейкі.
3. Засвоїти основні можливості Рейкі.

Короткий огляд теми

Історія створення системи Рейкі. Основні положення системи. Освоєння методик Рейкі.

Рейкі – вид нетрадиційної медицини, в якому використовується техніка так званого «зцілення шляхом дотику долонями» (англ. Palm healing). В Україні цілительство з використанням методу «Рейкі» не є медичною діяльністю і не ліцензується. Практикуючими і рядом дослідників вважається духовною практикою, з наукової точки зору є псевдонаукою.

Практика рейкі заснована в 1922 році японським буддистом Міка Усуї (англ. Usui Mikao). Слово «рейкі» складається з двох ієрогліфів: рей і кі. У японському рей має значення всесвіт, дух, душа. Кі означає енергію, розум, настрій. В англійських країнах рейкі іноді називають «універсальною життєвою енергією». Наприкінці ХХ століття стало з'являтися безліч різновидів і течій рейкі.

Питання для співбесіди

1. Історія створення системи Рейкі.
2. Основні положення системи.
3. Основні можливості Рейкі.

Лабораторне заняття № 14

Іридодіагностика

Мета: Оволодіти навичками самостійного визначення іридогенетичних типів.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із сучасними можливостями іридодіагностики.



3. Самостійно провести огляд райдужної оболонки ока.

Короткий огляд теми

Іридодіагностика, її визначення, можливості, перспективи. Методика іридодіагностики. Проекційні зони внутрішніх органів на райдужну оболонку ока. Іридогенетичні типи. Діагностична оцінка знаків ірису. Іридодіагностика та профілактична медицина у фізичній реабілітації.

Іридодіагностика – діагностування хвороб за зміною форми, структури, кольору і рухливості веселкової оболонки очей (від грецького *iris* – радужка).

Іридодіагностика є ще молодою областю медицини, але має дуже стародавнє коріння. Ще більше п'яти тисяч років назад, а за деякими даними, більше семи тисяч років, в Індії лікарі Аюрведисти включали аналіз очей в цілому і ряд характеристик радужкової оболонки для визначення конституції людини, її спадкових чеснот і недоліків, а також деяких порушень в організмі.

Питання для співбесіди

1. Іридодіагностика.
2. Методика іридодіагностики.
3. Іридогенетичні типи.
4. Застосування в фізичній реабілітації.

Лабораторне заняття № 15

Медична астрологія та астроанатомія

Мета: Оволодіти навичками самостійного аналізу медичного гороскопу.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись зі знаками зодіаку.
3. Самостійно провести вивчення свого медичного гороскопу.
4. Схильність до захворювань і рекомендовані методи лікування за знаками зодіаку.



Короткий огляд теми

Відображення фізичних законів на тілі людини. Планети та знаки зодіаку. Астроанатомія. Астрофізіологія. Астропатологія. Поняття про медичний гороскоп. Астронатуропатія: засоби лікування травами, час збору трав, їх зберігання. Час для прийому ліків. Профілактика захворювань та медична астрологія.

Протягом багатьох століть був поміченим деякий зв'язок між часом народження людини і наступними її захворюваннями. Коли ці спостереження були узагальнені, то виявилось, що існує пряма залежність від того, під яким знаком Зодіаку народжений хворий. Вивчивши особливості стану організму за Місячним календарем, можна ефективно попередити можливі недуги. Астроанатомія – вивчає різні рівні проекцій космопланетарних впливів на тіло людини і її енергоінформаційні центри.

Гаррі Дарлінг (1919-1989) був одним із провідних фахівців свого часу в галузі медичної астрології. Будучи професійним лікарем, що практикував психіатрію, Дарлінг істотно обновив уявлення про астрологічну анатомію, виступив розробником ряду методик астрологічної діагностики хвороб.

Питання для співбесіди

1. Медична астрологія.
2. Знаки зодіаку.
3. Медичний гороскоп.
4. Розрахунок часу прийому ліків.

Лабораторне заняття № 16

Біоритмологія

Мета: Оволодіти навичками самостійного визначення своїх біоритмів.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із сучасними можливостями біоритмології.



3. Самостійно провести розрахунок своїх біоритмів.

Короткий огляд теми

Біоритмологія, її визначення, можливості, перспективи. Методики розрахунку біоритмів. Види біоритмів. Значення біоритмології в фізичній реабілітації.

Теорії “трьох біоритмів” близько ста років. Цікаво, що її авторами стали троє вчених: Герман Свобода, Вільгельм Фліс, котрі відкрили емоційний та фізичний біоритми, а також Фрідріх Тельчер – дослідник інтелектуального ритму.

Психолога Германа Свободу і отоларинголога Вільгельма Фліса можна вважати “дідусями” теорії біоритмів. У науці таке буває дуже рідко, але однакові результати вони отримали незалежно один від одного.

Питання для співбесіди

1. Біоритмологія.
2. Методика розрахунку біоритмів.
3. Характеристика біоритмів.
4. Застосування в фізичній реабілітації.

Лабораторне заняття № 17

Лінгводиagnostика

Мета: Оволодіти навичками самостійного проведення лінгводиagnostики.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із сучасними можливостями лінгводиagnostики.
3. Тракуювання змін язика.
4. Самостійно провести лінгводиagnostику та інтерпретувати її результати.



Короткий огляд теми

Лігнводіагностика, її визначення, можливості, перспективи. Методика проведення лігнводіагностики. Інтерпретація даних. Значення лігнводіагностики в фізичній реабілітації.

Schorrenberger C. C. (1983), Könic G., Vancura J. (1983) під лігнводіагностикою розуміють ділянку медичних знань, що уможливорює інтерпретацію зміни язика при патології різних органів та систем. Цьому діагностичному методу притаманна інформативність, неспецифічна, топічна (локальна) діагностика захворювань, раннє виявлення патологічних зсувів. За допомогою загального огляду язика (консистенція, щільність, рухомість, колір корпусу, ступінь зволоженості), оцінки язикового нальоту (колір, товщина), рельєфу поверхні (гладенька, горбкувата, вкрита дрібненькими сосочковими наростами) можна діагностувати гострі, хронічні запальні процеси в організмі, виявляти схильність до певної патології, тенденції до нагромадження лікарських речовин в організмі.

Питання для співбесіди

1. Лігнводіагностика.
2. Методика проведення лігнводіагностики.
3. Особливості змін, які виявляються у процесі діагностики.
4. Застосування у фізичній реабілітації.

Лабораторне заняття № 18

Ароматерапія

Мета: Оволодіти навичками самостійного проведення ароматерапії.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із сучасними можливостями ароматерапії.
3. Основні характеристики запахів.



4. Самостійно провести ароматерапію та визначити покази і протипокази.

Короткий огляд теми

Ароматерапія, її визначення, можливості, перспективи. Методики проведення ароматерапії. Покази та протипокази. Значення ароматерапії в фізичній реабілітації.

Ароматерапія виникла ще з часів поклоніння вогню та диму. З того часу людство нагромадило багато знань про лікувальну та магічну силу ароматів квітів і рослин. Поступово це використовувалось у магічних ритуалах, богослужіннях і в народному цілителстві.

Розкопки старовини виявили, що люди із давніх-давен використовували ароматичні речовини для зміни запаху тіла і повітря, знали про їх вплив на психічний і фізичний стани. Під час розкопок у Стародавньому Єгипті, Індії, Китаї, Греції та Римі знаходили посуд із залишками ароматичних олій і мазей. Це вказує на те, що люди навчилися виділяти пахучі речовини із рослинної сировини вже близько 5000 років до н. е.

Підтвердженням цьому є чисельні письмові джерела. Так, в єгипетських папірусах, староіндійських книгах, у Біблії, Корані описано різні напрямки використання натуральних ароматичних речовин з метою магічного, лікувального, естетичного впливу і як спосіб вираження емоцій, почуттів.

Близько 500 року до н.е., в Корінфі, існувала фабрика із виробництва парфумів. Парфуми у ті далекі часи були символом багатства і могутності.

Вважається, що праматір'ю мистецтва ароматерапії є цивілізація Стародавнього Єгипту.

Питання для співбесіди

1. Ароматерапія.
2. Методики проведення ароматерапії.
3. Особливості змін, які виявляються в організмі у результаті ароматерапії.
4. Застосування у фізичній реабілітації.



Су-Джок терапія

Мета: Оволодіти навичками самостійного визначення проєкцій тіла.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із різними системами відповідності.
3. Самостійно проаналізувати цілеспрямовану стимуляцію точок відповідності.

Короткий огляд теми

Су-Джок (долоня-ступня) – система оздоровлення нашого організму. Дослідження систем відповідності людському тілу, розташованих на долонях і ступнях. Механізми глибоких внутрішніх енерго-інформаційних взаємозв'язків різних структурно-функціональних елементів людського тіла. Новий оригінальний безмедикаментозний метод лікування широкого спектру захворювань шляхом цілеспрямованої стимуляції точок відповідності. Техніка, методика Су-Джок акупунктури.

Професор Сеульського національного університету, Пак Чже Ву, 30 років свого життя присвятив вивченню східної медицини, виявив повну відповідність людському тілу кистей і стоп, і розробив унікальний метод самоцілення, названий ним «Су Джок» (в перекладі з корейської «Су» - кисть, «Джок» - стопа).

За кілька десятків років професор Пак Чже Ву виконав гігантську роботу з розвитку напрямків Су Джок терапії, перетворив Су Джок в насичену і багатогранну систему методів немедикаментозного лікувального впливу на здоров'я людини. Завдяки невпинним зусиллям професора Пак Чже Ву, Су Джок як універсальний метод лікування став широко відомий у багатьох країнах і нині легко доступний для вивчення.

Су Джок простий і доступний для розуміння, кожна людина здатна досить швидко освоїти цю систему і успішно її застосовувати.



1. Поняття про Су-Джок.
2. Системи відповідності.
3. Техніка.
4. Методики.

Лабораторне заняття № 20

Нетрадиційні методи очищення організму

Мета: Оволодіти навичками самостійного вибору методів очищення.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитись із необхідними відомостями для самостійного проведення очищення.
3. Самостійно провести вибір методу очищення.

Короткий огляд теми

Профілактичне та лікувальне значення очищення організму людини. Очищення організму – ефективний метод оздоровлення. Необхідні відомості для самостійного проведення очищення організму (очищення внутрішніх органів). Варіанти очищення організму (профілактичний, лікувальний, окремо для дітей, тощо). Методи очищення організму. Реакції організму в процесі очищення. Система харчування під час очищення організму.

Ще вчений І. Мечников говорив про негативну роль самоотруєння організму. Тоді, близько 100 років тому, подібні ідеї були вельми популярні. Потім вони чомусь були забуті. Проте тепер, на новому завитку історичної спіралі, ученим вдалося експериментальним шляхом довести наявність великого впливу аутоінтоксикації (самоотруєння) на розвиток процесу старіння. Чим сильніша система знешкодження, тим довше живе організм!

Велика кількість наукових досліджень і просто життєвих спостережень переконливо показують, що очищення організму – це



не "казки" цілительів, а безумовно необхідний захід. Звичайно, якщо Вам не байдуже скільки Ви житимете.

Питання для співбесіди

1. Значення очищення організму.
2. Методи очищення організму.
3. Харчування при очищенні.





РОЗДІЛ 3

РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Вид контролю: 6 семестр – залік, 7 семестр – іспит.

Методи контролю

1. Поточний контроль
2. Підсумковий контроль
3. Модульний контроль
4. Залік (6 семестр)
5. Екзамен (7 семестр)

Розподіл балів, які отримують студенти

Залік

Поточне тестування та самостійна робота										Сума
Змістовий модуль №1										
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	100

Екзамен

Поточне тестування та самостійна робота										Підсумковий тест (екзамен)	Сума
Змістовий модуль №2											
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10		
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	40	100



Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно, з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	незадовільно, з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни



РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Григус І. М. Нетрадиційні методи оздоровлення / І. М. Григус. – Рівне, 2012. – 188 с.
2. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. – М.: Русское энциклопедическое товарищество, 2004. – 960 с.
3. Филиппова И.А. Здоровье на крыльях пчелы. – СПб.: А.В.К. – Тимошка, 2002. – 128 с.
4. Нетрадиционная медицина. Пер. с англ. – Харьков: Книжный клуб «Клуб Семейного Досуга», 2002. – 320 с.

Допоміжна

1. Бабич А.П. Чудеса среди нас. – Харьков : Основа, 1991. – 80 с.
2. Балаж А.А. Энерготерапия здоровья. – СПб.: Питер, 2001. – 192 с.
3. Глоба П. Лекции по медицинской астрологии. – М., 1991.
4. Гогоулан М. Ф. Попрощайтесь с болезнями / М. Ф. Гогоулан. – 2-е изд., исправленное. – М. : Советский спорт, 2002. – 304 с.
5. Гудмен Л. Знаки Зодиака или астрология с улыбкой: Пер. с англ. – Х.: Региональная книга, 1993. – 244 с.
6. Игнатенко А. В., Годованец В. А. Азбука экстрасенса. Луцк. Издательство «Феномен», 1991. – 96 с.
7. Иллюстрированная история суеверий и волшебства. От древности до наших дней / Сост. д-р Леманн. – К. Изд-во «Україна», 1991. – 400 с.
8. Иридодиагностика. Справочник под редакцией Кривенко В.В. – К., 1991.
9. Калюжный В.В. Медицинская и натальная астрология. – Минск : Издательский Дом СИДУМЕТ, 1994. – 416 с.
10. Коляда М. Г. Домашний доктор / М. Г. Коляда. – Донецк: ООО ПКФ «БАО», 2005. – 400 с.
11. Комаров А. А. Пособие пчеловода-любителя. – М. : Цитадель, 2002. – 560 с.
12. Коновалов Р. В. Что такое иридодиагностика? – М., 1992.
13. Коркушко О. О. Електродіагностика та лікування в рефлексотерапії. – К., 2001. – 240 с.



14. Лазарев С.Н., Данченко С.М. Кармическая диагностика чакр. – М., 1994. – 160 с.
15. Латогуз С.И. Практическое руководство по рефлексотерапии и иглоукальванию / Серия «Дао здоровья». – Ростов н/Д: Феникс; Харьков: Торсинг, 2003. – 416 с.
16. Магия ароматов / Сост. Васильева Е.К., Пернатъев Ю.С. – Харьков: КИЦ “Сварог”, 1997. – 320 с.
17. Малахов Г.П. Биосинтез и биоэнергетика. – СПб.: АО «Комплект», 1995. – 313 с.
18. Немедикаментозное лечение в клинике внутренних болезней. Под редакцией Л.А. Серебриной. – К., 1995.
19. Нетрадиционная медицина / Пер. с англ. Е. Нетесовой. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2002. – 448 с.
20. Пак Чже Ву, Синури. Су Джок терапия. – М., 1992.
21. Паньямента Н. Цветопунктура для детей. – СПб: Питер Паблишинг, 1998. – 160 с.
22. Полная энциклопедия народной медицины. Т. 2. – М.: АНС, 2004. – 800 с.
23. Потемкина О. Рейки. Чудо прикосновения. – СПб.: ИК «Невский проспект», 2003. – 192 с.
24. Радіаційна енцефалопатія і нетрадиційні методи її лікування / Мачерет Є.Л., Коркушко О.О., Поканевич В.В. – К.: ЗАТ “Нічлава”, 2000. – 260 с.
25. Самосюк И.З. Биологические ритмы и акупунктура. – К., 1994.
26. Сергеев Сергей. Древнеиндийские методы оздоровления. – Д.: Сталкер, 2000. – 320 с.
27. Стояновский Д. Н. Энциклопедия народной медицины. Практическое руководство. – 2001.
28. Стражний Александр. Секреты нетрадиционной медицины: О чем целители не рассказывают пациентам. – К.: А.С.К., 2001. – 336 с.
29. Фролов М.К., Фролов В.М. Народные методы очищения и оздоровления организма. – 2001.
30. Хван Ю. Целительные упражнения системы Норбекова. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 160 с.
31. Шервуд К. Чакротерапия: Индивидуальное развитие и самоисцеление / Пер. с англ. М. Холомина. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 320 с.