



AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASI TƏHSİL NAZİRLİYİ
“NAXÇIVAN” UNIVERSİTETİ
FƏNN SİLLABUSU

Təsdiq edirəm: _____ B.N.Quliyev

Tarix: _____ 05 sentyabr 2022

Fənnin təsviri	Fənn (adı, krediti)	“Müalicə bədən tərbiyəsi və masaj” 4 kredit
	Fakültə	Pedaqoji
	İxtisas	Bədəntərbiyə və idman
	Səviyyə (bakalavriat, magistratura)	Bakalavriat
	Kurs	IV
	Semestr	Payız, 2022-2023 – cü tədris ili
	Təlimçi	Talıbova Lalə Vahid qızı
	e-mail	lalatalibova@gmail.com
	Telefon	060 306-36-46
	Dərs günləri və saatları	I gün II saat, II gün II saat III gün II saat üst həftə IV gün II
Tədrisdili	Azərbaycandili	
Baza/ Seçmə	Baza	
Tələbolunandərsliklər və dərs materialları	1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.AZteşenko “Sportivnaya meditsina i leçebnaya fiziceskaya kultura” Moskva 1973 2.Ə.Babayev,S.Əliyev Bədəntərbiyəsində həkim nəzarəti və idman travmatizmi-Bakı 1965 3.Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı 4.Fizioterapiya”-Tibb universiteti üçüncü dərəcəlik	
İstifadə ediləcək web səhifələr	http://anl.az/el/Kitab/2018/11/cd/2018-1043.pdf http://medkollec1.az/uploads/%C3%9Cmumi%20Fizioterapiya.pdf	
Fənnin xülasəsi	“Müalicə bədən tərbiyəsi və masaj” Bu elmə maraq oymaq və düzgün qərar qəbul edib fənnin xeyrini və dərmanlı müalicəni tələbələrə çatdırmaq təmin edən fənlərdən biridir. Müalicə bədən tərbiyəsi haqqında anlayış, onun məqsədi və vəzifələri. Müalicə bədən tərbiyəsinin profilaktik məqsədləri: fəsadların və qalıq əlamətlərinin qarşısının alınması, sağlamlaşdırıcı, bədənin möhkəmləndirilməsi. Müalicə bədən tərbiyəsinin müalicəvi məqsədləri: sağalmanın tezləşdirilməsi, funksiyaların bərpası və iş qabiliyyətinin bərpası.	
Fənnin məqsədləri	Müalicə bədən tərbiyəsinin məqsədi tələbələrə müalicə bədəntərbiyəsinin əsas elementləri ilə tələbələrə tanış etmək və onların müalicə bədəntərbiyəsi hərəkətlərinin və masajın texnikası və metodikasını öyrətməkdən ibarətdir	
Öyrənmə nəticələri	Kursun sonunda tələbələr bilməlidir:	

	1.Müalicə bədən tərbiyəsinin tarixi inkişafı və yayılması 2. Müalicə bədən tərbiyəsinin təşkili və səhiyyədə yeri 3.Müalicə bədən tərbiyəsində hərəkətlərin təyin olunması	
Tədris metodları	Mühazirə	Fənnə aid ümumi xarakterli məlumatlar verilir
	Qrupmüzakirəsi	Tələbələrə fərdi mövzuda prezentasiyalar verilir və müzakirə aparılır
	Təcrübiməşğələ	Yeni mövzu əyani vəsaitlərin (PPT və video fayllar) nümayişi ilə izah edilməlidir.
	Simulyasiya	Tələbələrə dərəcəyə aid fərdi laborator işləri verilməli və simulyasiya proqramlarından istifadə edilərək nəticələr qeyd edilməlidir
	Layihə	Fənnə aid ümumi xarakterli məlumatlar verilir
	Digər	Dərsin tədris zamanı mühazirə və seminar məşğələlərinin keçirilməsi nəzərdə tutulur.
Qiymətləndirmə	Mövzunun mənimsənilməsi	Faiz nisbəti (%) və yəqin
	Balların maksimum miqdarı	100L
	-Semestr ərzində toplanmış maksimum bal	50 bal (50%)
	- Dərəcəyə davamiyyətə görə maksimum bal	10 bal (10%)
	- Tələbələrin sərbəst işinə görə maksimum bal	10 bal (10%)
	- Seminar və laboratoriya dərslərinin nəticələrinə görə maksimum bal	30 bal (30%)
	Qeyd: seminar dərslərində tələbənin jurnalda ən azı 3 (üç qiyməti olduğu halda, ona tədrisin bu növü üzrə ballar hesablanır. Əks təqdirdə tələbəyə bal hesablanmır.	
	1. İmtahan nəticələrinə görə maksimum bal	50 bal (50%)
2. Fənnin mənimsənilməsi qaydası: semestr ərzində imtahan nəticəsinə görə toplanan balların cəmi 50-dən yuxarı olan tələbələr fənni mənimsəmiş hesab edilir. - 51 baldan aşağı – “qeyri kafi” – F - 51 – 60 - “qənaətbəxş” – E - 61 – 70 – “kafi” – D - 71 – 80 – “yaxşı” – C - 81 – 90 – “çox yaxşı” – B - 91 – 100 – “əla”		
Cəmi:		100 bal (100%)
Qiymətləndirmə metodları	Tapşırıqlar: Sərbəst iş mövzuları verilir və semestr sonu yoxlanılıb qiymətləndirilir. Təqdimat: <ol style="list-style-type: none"> 1.MBT-nin və masajın tarixi, inkişafı və yayılması 2.MBT-nin və masajın təşkili və səhiyyədə yeri 3.MBT və masajın forma və metodları 4. Formakologiya nədir? 5.Fizioterapiyanın insan orqanizminə müsbət və mənfi təsirləri. 6.Dərmanların orqanizmə müsbət və mənfi təsirləri. 7.MBT-də hərəkətlərin təyin olunması 8.Masaj və onun növləri, həkim nəzarəti 9.Masajın texnikası və metodikası 10.Bioloji və fizioloji təsiri. 	

	<p>11.Masajın orqanizdəkibütünsistemlərətəsiri</p> <p>12.Masaj otağının avadanlıqla təhcizi, gigiyenik və masaistən tələbolunan qaydalar</p> <p>13.İdman masajı və dövrlərə bölünməsi,nöqtəmasajının prinsipi ləsasları</p> <p>14.Zədələnmələrdə MBT və masajın tətbiqi,əzələ və sinir sisteminə tətbiqi,əzələ və sinir sisteminə təsiri və əks təsiri.</p> <p>15.Xəstəliklərdə MBT və masajın tətbiqi .</p> <p>16.Müalicə bədəntərbiyəsi və masajın mərkəzi sinir sisteminə müsbət və mənfi itəsirləri.</p> <p>17.Əl vasitəsilə orqanizmdə yerinə yetirilən masajın təsiri və əks təsiri.</p> <p>18.Aparatlar vasitəsilə yerinə yetirilən masajın müsbət və mənfi təsiri</p> <p>Təqdimat: Slaydlarla hazırlanan mövzular təqdimat şəklində sunulur və qiymətləndirilir</p> <p>Kollokvium: Semestr ərzində 3 (üç) dəfə yazılı, şifahi və test şəkilində olur və qiymətləndirilir.</p>		
<p style="text-align: center;">Qaydalar</p>	<p>Davamiyyət: Fənn üzrə ayrılmış bütün saatların 25%-dən çoxunda iştirak etməyən tələbə imtahana buraxılmır.</p> <p>Buraxılmış imtahan və ya tapşırıqlar: Tələbə planlaşdırılan təqdimatda və ya imtahanda iştirak edə bilməyəcəyi təqdirdə əvvəlcədən məlumat verməlidir. Tam sinif iştirakı və təyin olunmuş ev tapşırığını yerinə yetirilməsi gərəklidir.</p> <p>Tədqiqat işlərində, hazırlanmış layihələrdə istifadə olunan mənbələrə istinad verməlidir. Bununla birlikdə, tələbə tərəfindən təhlil edilmədən, yalnız istinad və sitatlardan ibarət olan hər hansı bir tədqiqat işi qəbul edilə bilməz.</p> <p>Testlər zamanı köçürmə, təyin edilmiş qaydalara tabe olunmadığı təqdirdə tələbə imtahan nəticəsinin ləğv olunması ehtimalı daxil olmaqla cəzalandırılacaqdır.</p> <p>Təqdimatların / layihə sənədlərinin mövzuları fənni tədris edən müəllim tərəfindən əvvəlcədən müəyyənləşdiriləcəkdir. Müəllim ilə əvvəlcədən razılaşdırıldığı təqdirdə digər tələbələrə əməkdaşlığa icazə verilə bilər.</p>		
Tematik plan			
Həftə	Tarix	Mövzular	Dərslik / Tapşırıq / Ədəbiyyat
1	15.09.2022	<p>MBT-nin yaranma tarixi, inkişafı və yayılması.</p> <p>MBT nə vaxt, harada yaranmasından, inkişafından və eyni vaxtdan yayılmasından, müasir dövrdə təkmilləşib inkişaf etməsindən, müsbət təsirindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. "</p> <p>2..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı</p> <p>Tapşırıq:MBT haqqında internetresurslarından məlumat toplamaq.</p>
2	19.09.2022	<p>MBT-nin təşkili və səhiyyədə yeri.</p> <p>Dünya miqyasında Azərbaycanda MBT-nin və masajın səhiyyədə təşkilindən, yerinə yetirilməsindən, bir çox xəstəliklərin, dərmansız müalicəsindən bəhs edir.</p>	<p>1.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. "</p> <p>2..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı</p> <p>Tapşırıq:Masajın orqanizmə təsir mexanizmini öyrənmək</p>

3	26.09.2022	<p>MBT-nin forma və metodları. MBT-nin hansı formada və metodda yerinə yetirilməsindən bəhs etmək öhdəliyi düşür</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973 1.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. " 2..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı Tapşırıq:MBT nin xəstəliklərdə tətbiqi.</p>
4	28.09.2020	<p>Formakologiya nədir? Fizioterapiyanın insan orqanizminə məsbət və mənfi təsiri. Formakologiya dərmanların tərkibindən, miqdarından bəhs edən elmdir. Biologiya, kimya, biokimya, toksikologiya elmi ilə sıx əlaqəsindən bəhs edir</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973 2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. " 3.Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı Tapşırıq:Dərman formalarını təyin etmək</p>
5	29.09.2022	<p>MBT-də hərəkətlərin təyin olunması masaj və onun əzələ növləri, həkim nəzarəti. MBT-ndə fiziki hərəkətlərin təyin olunmasından, hansı oynaya, hansı şəkildə verilməsindən, hərəkətin növlərindən, gəzən və yatan xəstələr üçün təyininin bəhs edilmə öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973 2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. " 3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı Tapşırıq:Ürək qan-damar sisteminin funksional işləməsi zamanı masajın təyini</p>
6	.21.11.2022	<p>Dərmanların orqanizmə qəbulu və vitaminlər. Dərmanların hansı bitkilərdən, heyvani orqanlardan, bəzi dərmanların hazırlanmasından, vitaminlərin xeyirindən, orqanizmə dərmanların qəbulundan bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973 2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. " 3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı Tapşırıq: İnternt resurslarından istifadə etməklə biliklərin artırılması</p>
7	28.11.2022	<p>.Müalicə bədən tərbiyəsi və masajın orqanizmə bioloji və fizioloji təsiri. MBT və masajın orqanizmə bioloji və fizioloji təsirindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973 2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik. " 3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı Tapşırıq: İnternt resurslarından istifadə etməklə biliklərin artırılması</p>

8	1.12.2022	<p>Masajın dəri, əzələ, canaq – bağ aparatına maddələr mübadiləsinə, mərkəzi sinir sisteminə təsiri.</p> <p>Masajın dəri, əzələ, canaq – bağ aparatına maddələr mübadiləsinə, mərkəzi sinir sisteminə təsirindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko “Sportivnayamedicina i leçebnayafiziceskayakultura” Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya”- Tibbinstitutuüçündərslik. ”</p> <p>3..Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı</p> <p>Tapşırıq: Dəri xəstəliklərində masajın tətbiqi.</p>
9	5.12.2022	<p>Masajın texnikası və metodikası, bioloji və fizioloji təsiri</p> <p>MBT-də masajın texnikasında və metodikasından bəhs edilir, hansı formada yerinə yetirilməsini izah edib göstərmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko “Sportivnayamedicina i leçebnayafiziceskayakultura” Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya”- Tibbinstitutuüçündərslik. ”</p> <p>3..Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı</p> <p>Tapşırıq:MBT-də masajın texnikası və metodikası</p>
10	7.12.2022	<p>Masajın qan dövranına, limfa, tənəffüs sisteminə təsiri.</p> <p>Masajın qan dövranına, limfa, tənəffüs sisteminə yerinə yetirilməsi tələbələrə çatdırılır.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko “Sportivnayamedicina i leçebnayafiziceskayakultura” Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya”- Tibbinstitutuüçündərslik. ”</p> <p>3..Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı</p> <p>Tapşırıq:</p>
11	12.12.2022	<p>Masaj otağının avadanlıqla təchizi, gigiyenik və masajıstdən tələb olunan qaydalar.</p> <p>Masaj otağının avadanlıqla təchiz olunmasından, gigiyenik qaydalardan, onun yerinə yetirilməsindən, masajıstdən tələb olunan qaydalardan bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko “Sportivnayamedicina i leçebnayafiziceskayakultura” Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya”- Tibbinstitutuüçündərslik. ”</p> <p>3..Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı</p> <p>Tapşırıq: Bədən tərbiyəsi və idmanla məşğul olan müxtəlif yaşlı şəxslər üzərində həkim nəzarəti və öz-özünə nəzarətin öyrənilməsi.</p>
12	15.12.2022	<p>Əl ilə, aparatlar vasitəsilə və masajın yerinə yetirilməsi.</p> <p>Masajın növlərindən, əl və aparatlar vasitəsilə necə yerinə yetirilməsindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko “Sportivnayamedicina i leçebnayafiziceskayakultura” Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya”- Tibbinstitutuüçündərslik. ”</p> <p>3..Ə. Babayev “İdman masajı” Bakı</p> <p>Tapşırıq: İdmançıların iş qabiliyyətinin bərpa edilməsində tibbi vasitələrin araşdırılması.</p>

13	19.12.2022	<p>İdman masajı, dövrlərə bölünməsi, nöqtə masajının prinsipial əsasları. Öz-özünə masaj.</p> <p>İdman masajından, onun idmançılara ixtisaslarına görə necə verilməsindən, dövrlərə bölünməsindən bəhs etmək öhdəliyi düşür</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik."</p> <p>3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı</p> <p>Tapşırıq: İdmançılar arasında baş verən zədələnmələrin araşdırılması.</p>
14	26.12.2022	<p>Zədələnmələrdə MBT və masajın əzələ və sinir sisteminə təsiri və əks təsiri</p> <p>Zədələnmələrdə MBT və masajın əzələ, limfa, qan dövrünün və sinir sisteminin mənfi və müsbət təsirindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik."</p> <p>3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı</p> <p>Tapşırıq: İdman fəaliyyətində baş verən patoloji vəziyyətlərin araşdırılması.</p>
15	29.12.2022	<p>MBT-si və masajın xəstəliklərdə tətbiqi.</p> <p>Xəstəliklərdə masajın və müalicə bədən tərbiyəsindən, onun tətbiqindən bəhs etmək öhdəliyi düşür.</p>	<p>1.A.Q.Dembo,S.N.Popov,Y.A. Zteşenko "Sportivnayamedičina i leçebnayafiziceskayakultura" Moskva 1973</p> <p>2.Fizioterapiya"- Tibbinstitutuüçündərslik."</p> <p>3..Ə. Babayev "İdman masajı" Bakı</p> <p>Tapşırıq: İdmançılarda baş verən xəstəliklər, onların yaranma səbəbləri, formalarının öyrənilməsi.</p>

№	Məşğələlərin adı	Saat mühazirə	Tarix	Qeyd
1	MBT-nın yaranma tarixi, inkişafı və yayılması.	2	20.09.2022	
2	MBT-nın təşkili və səhiyyədə yeri.	2	22.09.2022	
3	MBT-nın forma və metodları.	2	27.09.2022	
4	Formakologiya nədir? Fizioterapiyanın insan orqanizminə məsbət və mənfi təsiri.	2	22.11.2022	
5	MBT-də hərəkətlərin təyin olunması masaj və onun əzələ növləri, həkim nəzarəti.	2	23.11.2022	
6	Dərmanların orqanizmə qəbulu və vitaminlər.	2	25.11.2022	
7	Müalicə bədən tərbiyəsi və masajın orqanizmə bioloji və fizioloji təsiri.	2	29.11.2022	
8	Masajın dəri, əzələ, canaq –bağ aparatına maddələr mübadiləsinə, mərkəzi sinir sisteminə təsiri.	2	06.12.2022	
9	Masajın texnikası və metodikası, bioloji və fizioloji təsiri	2	08.12.2022	
10	Masajın qan dövranına, limfa, tənəffüs sisteminə təsiri.	2	13.12.2022	
11	Masaj otağının avadanlıqla təchizi, gigiyenik və masajistdən tələb olunan qaydalar.	2	20.12.2022	
12	Əl ilə, aparatlar vasitəsilə və masajın yerinə yetirilməsi.	2	21.12.2022	
13	İdman masajı, dövrlərə bölünməsi, nöqtə masajının prinsipial əsasları. Öz-özünə masaj.	2	22.12.2022	
14	Zədələnmələrdə MBT və masajın əzələ və sinir sisteminə təsiri və əks təsiri	2	27.12.2022	
15	MBT-si və masajın xəstəliklərdə tətbiqi.	2	30.12.2022	

Fənn müəllimi: L.V.Talıbova