

1. Охарактеризуйте корисний вплив бірманського масажу

Швидке відновлення, сидячи в одязі, розумова діяльність для гиподинамії

2. Хребет людини. Його будова та природні вигини. Що таке сколіоз?

7 12 5 крестець копчик в фронт плоскости

3. Назвіть етапи виконання прийомів надавлювання в тайському масажі.

Контакт перенос ваги затримання 1-2сек забираємо вагу забираємо контакт

4. Що входить до складу лімфатичної системи?

Лимфа лимфоцити судини вузли продукти метаболізму стовбури капіляри

5. Головні орієнтири та площини при вивченні людського тіла.

Сагітальна фронтальна горизонтальна. Супинація пронація . проксимальний дистальний .
Медіальний латеральний

6. Основні принципи тайського масажу.

На полу в одязі натискання розтяжки

7. Основний маркер в класичному блоці корекції фігури.

8. Як правильно працювати з м'язами в гіпертонусі.

Обережно седативно

9. Для чого використовується метод візуальної діагностики?

Виявлення гіпер та гіпо тонуса та функції м'язів.

10. Що таке тригер?

Запалення точкове в мишечному волокні

11. Як довго триває бірманський масаж голови?

10-15 вплив на вегетатику

12. Назвіть п'ять протипоказів проведення масажу.

Травма гіпертонія температура схильність до кровотечі хвороби крові. Захвор шкври аневризми
аорти та серця пухлини всі гострі стани

13. Які види захоплень використовують при припрацюванні тригера?

Метод ішемічної компресії

14. Вплив прийому розтирання в класичному масажі?

Прогрів гемодинаміка

15. Масаж виконується:

а). силою рук

б). імпульсом від спини в руки

в). імпульсом від ніг через тулуб в руки

16. Перерахуйте надмірні викривлення хребта та вкажіть як вони проявляються (різновиди).

17. Які відмінності відкладання жирової тканини у чоловіків та жінок?

Структура та Відмінність полягає лише в тому, що у жінок жирова тканина відкладається в основному на стегнах і сідницях, а у чоловіків - в області живота.

18. Що таке гіпотонічний м'яз?

малорухомий

19. Для чого необхідні прийоми розминання в класичному масажі?

Розслаблення м'язів, покращення кровообігу, підвищення еластичності, покращення лінійності фігури.

20. Як називається структура, якою м'яз кріпиться до кістки?

Сухожилок апонеуроз

21. Які заміри використовуються в курсі корекції фігури?

Вага зріст індекс маси тіла обхват талії обхват стегна обхват ноги каліпер

22. Які візуальні критерії можуть свідчити про м'язовий дисбаланс?

Асиметрія скелета кифоз лордоз обхват парних м'язів походка осанка

23. Які з перерахованих прийомів не використовуються в бірманському масажі:

а). покачування

б). здавлювання

в). ординарне

г). подвійний гриф

24. Які з перерахованих прийомів не рекомендується виконувати в релакс-масажі:

а). вижимання долонею

б). клешнеподібне розтирання

в). «чайка»

г). гребнеподібне розминання розгинача хребта.

25. Перерахуйте показання до проведення процедури релакс масаж.

Неврологічна м'язова втома психосоматичні розлади порушення вегетатики напружена розумова діяльність. Гіпертонус м'язів

26. За яким результатом звертаються клієнти перед проведенням масажу по корекції фігури?

Скинути вагу, зменшити обхват жиру в певних частинах тіла.

27. Яке масло використовується у тайському масажі?

німак

28. Які види тригерів ви знаєте?

Пасивні активні вторинні або сотелітні

29. Якими органами представлена травна система?

30. Чи можна за допомогою бірманського масажу позбавитись від головного болю?

так

31. Будова скелету: грудної клітини.

Ребра лопатки хребет ключиця

32. На що необхідно звернути увагу з метою виявлення порушень постави?

Скал кефоз лордос гипертонус мязів, особливості роботи, звички, тригери.

33. Які результати можна отримати від масажу?

Зняття болю зняття втоми рухливість повернення симетрії зменшення набряків

34. Вплив прийому вібрації на тіло людини?

35. Якими органами представлена дихальна система?

36. Перерахуйте протипокази до бірманського масажу голови.

37. Для чого потрібен лімфодренаж в процедурі корекції фігури?

Зняти набряки

38. Прийом прогладжування: призначення та вплив на організм людини.

Росслаблюючий знайомство з тілом рефлекторний переходний прийом

39. Перекладіть терміни: супінатор, пронатор, ротатор, аддуктор.

40. Перерахуйте, поетапно, протокол по масажу обличчя.

41. Назвіть функції, що здатні виконувати м'язи?

Супінація пронація відведення прижимання

42. Чи можна виконувати корекцію фігури одразу після вагітності?

ні

43. В яких площинах досліджується тіло для візуальної діагностики?

Сагітальна фронтальна горизонтальна???

44. Для чого потрібен прийом розтирання та як він виконується?

45. Поясніть термін «ергономіка»

Правильні біомеханічні рухи для збереження здоров'я майстра зниження навантаження на суглобів м'яз ітд та підвищення сили та глибини масажу.

46. Чи обов'язково повинен бути фізично добре розвиненим майстер?

ні

47. Що необхідно знати для визначення функції того чи іншого м'яза?

Місце прікріплення

48. Допоміжні техніки в корекції фігури.

49. Назвіть регіони, що використовуються при дослідженні порушень постави.

50. Як називається одиниця м'язової структури:

а). лейкоцит

б). альвеол

в). міофібрила

г). еритроцит