

УДК 615.82 (075.8)  
ББК 53.54  
П43

### Рецензенты:

**А. А. Бирюков**, доктор педагогических наук, профессор кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ;

**М. А. Еремушкин**, доктор медицинских наук, профессор, заведующий отделом ортопедии, биомеханики, кинезиотерапии и мануальной терапии ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

**ПОГОСЯН М.М.**

**П 43 ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ. В 2 т. Т.2:** учебник для студентов высших учебных заведений физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / М. М. Погосян. – Изд. 4-е, доп. и перераб. – Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2020. – 272 с., ил.

ISBN 978-5-00063-041-9

Во втором томе учебника приведены современные данные о физическом и психомоторном развитии детей в возрасте до года, раскрываются особенности методики гигиенического (профилактического) массажа и гимнастики для детей первого года жизни. Существенное место отведено особенностям методики лечебного массажа при различных заболеваниях у детей, встречающихся преимущественно в раннем и старшем возрасте, а также – детской ортопедии.

Учебник создан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки: 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и отражает современные научные данные в этой области.

Учебник предназначен для студентов высших учебных заведений физической культуры, особенно специализирующихся в адаптивной физической культуре, врачей восстановительной медицины, инструкторов и методистов ЛФК, массажистов, специалистов по реабилитации, а также - аспирантов и преподавателей, проводящих учебную и научно-исследовательскую работу в этой области.

*Утверждено учебно-методической комиссией МГАФК в качестве учебника*

ISBN978-5-00063-041-9

УДК 615.82 (075.8)  
ББК 53.54

© Погосян М.М., 2020

© ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», 2020

## О Г Л А В Л Е Н И Е

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 8. ДЕТСКИЙ ГИГИЕНИЧЕСКИЙ МАССАЖ</b> .....	6
8.1. Анатомо-физиологические особенности организма ребенка.....	6
8.1.1. Развитие костной системы.....	7
8.1.2. Развитие мышечной системы.....	15
8.1.3. Кожа и подкожно-жировая клетчатка.....	22
8.1.4. Желудочно-кишечный тракт.....	23
8.1.5. Нервная система.....	25
8.1.6. Физическое развитие детей в возрасте до года.....	29
8.1.7. Физиологические показатели здорового ребенка.....	34
8.2. Профилактический (гигиенический) массаж и гимнастика для детей первого года жизни.....	37
8.3. Гимнастические упражнения для детей первого года жизни.....	41
8.4. Методика массажа и гимнастики для детей первого года жизни.....	51
8.4.1. Методика массажа и гимнастики для детей в возрасте от 1 до 3 месяцев.....	52
8.4.2. Методика массажа и гимнастики для детей в возрасте от 3 до 4 месяцев.....	60
8.4.3. Методика массажа и гимнастики для детей в возрасте от 4 до 6 месяцев.....	70
8.4.4. Методика массажа и гимнастики для детей в возрасте от 6 до 9 месяцев.....	81
8.4.5. Методика массажа и гимнастики для детей в возрасте от 9 до 12 месяцев.....	91
<b>ГЛАВА 9. ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ</b> .....	102
9.1. Массаж при нарушении обмена веществ.....	102
9.1.1. Методика массажа при рахите.....	102
9.1.2. Методика массажа при гипотрофии.....	113
9.2. Массаж при деформациях опорно-двигательного аппарата.....	126
9.2.1. Методика массажа при врожденной косолапости.....	126
9.2.2. Методика массажа при плоскостопии.....	131
9.2.3. Методика массажа при врожденной мышечной кривошеи.....	138
9.2.4. Методика массажа при сколиозах.....	148
9.2.5. Методика массажа при врожденном вывихе бедра.....	160
9.2.6. Методика массажа при пупочной грыже.....	172
9.3. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы.....	184
9.3.1. Методика массажа при детском церебральном параличе.....	184
9.3.2. Методика массажа при акушерском парезе (паралич родовой).....	208
9.4. Наружный массаж сердца у новорожденного.....	216
<b>Список медицинских терминов и понятий, применяемых в практике массажа</b> .....	219
<b>Вопросы и задания для текущего контроля (зачета) по курсу лечебного массажа при заболеваниях в детском возрасте</b> .....	267
<b>Список литературы</b> .....	269