



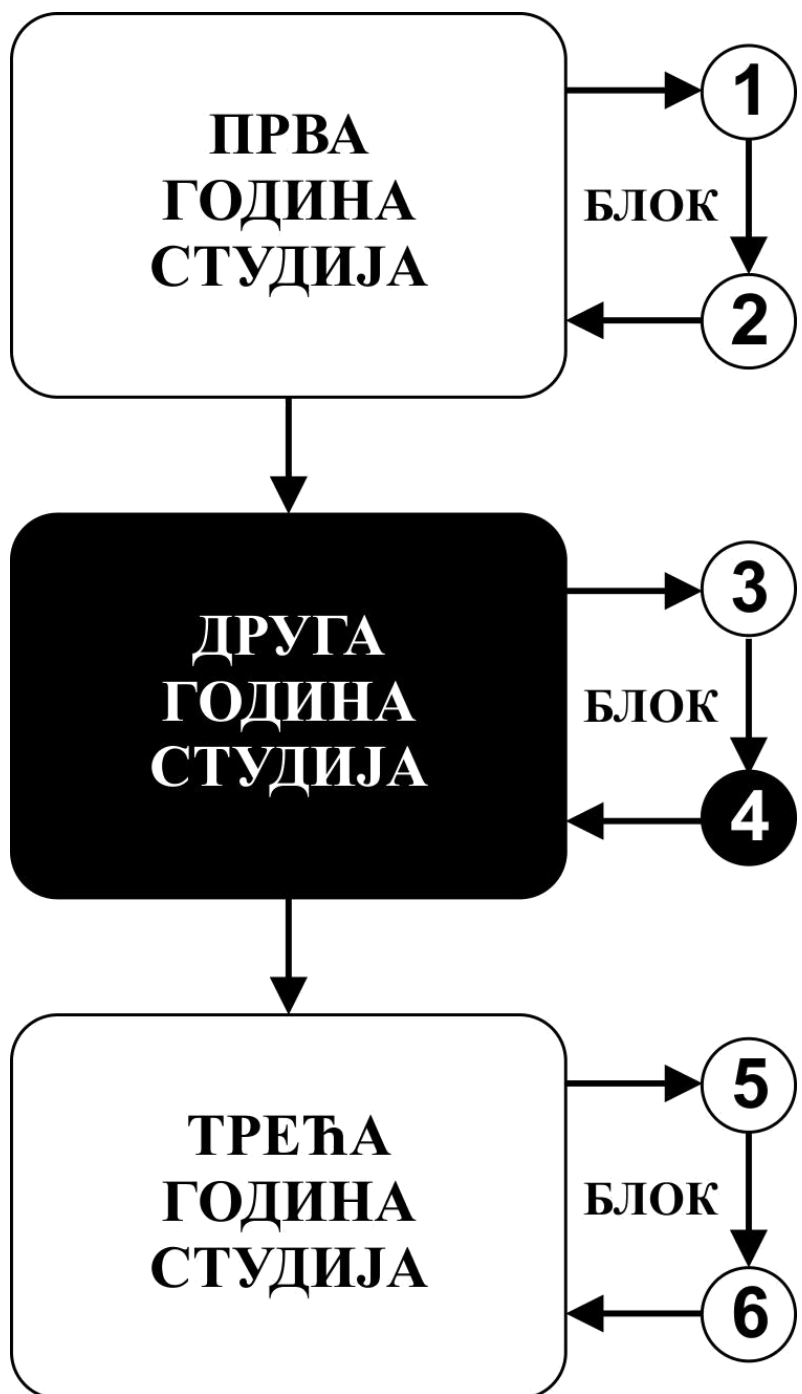
ОСНОВНЕ СТРУКОВНЕ СТУДИЈЕ

СТРУКОВНИ ФИЗИОТЕРАПЕУТ

ДРУГА ГОДИНА СТУДИЈА

школска 2025/2026.

ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ



Предмет:

ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

Предмет се вреднује са 6 ЕСПБ. Недељно има 4 часа активне наставе (2 часа предавања и 2 часа вежби).

НАСТАВНИЦИ И САРАДНИЦИ:

РБ	Име и презиме	Email адреса	Звање
1.	Тања Зечевић Луковић	tanjalukovic_kg@yahoo.com	Ванредни професор
2.	Катарина Парезановић Илић	katarinapartezanovicilic@gmail.com	Ванредни професор
3.	Александра Јуришић Шкевин	jaleksandra@gmail.com	Редовни професор
4.	Весна Грбовић	grbovicvesna72@gmail.com	Доцент
6.	Ана Дивјак	anadivjak@gmail.com	Доцент
7.	Јелена Милошевић	jecas0109@gmail.com	Доцент
8.	Кристијан Крстић	dr.krstic.kristijan@gmail.com	Асистент
9.	Катарина Манојловић	manojlovickatarina112@gmail.com	Сарадник у настави

СТРУКТУРА ПРЕДМЕТА:

Назив предмета	Недеља	Предавања	Вежбе	Наставник-руководилац предмета
Технике масаже	15	2	2	Проф. др Тања Зечевић Луковић
				$\Sigma 30+30=60$

ОЦЕЊИВАЊЕ:

Оцена је еквивалентна броју стечених поена (види табеле). Поени се стичу на следећи начин:

АКТИВНОСТ У ТОКУ НАСТАВЕ: На овај начин студент може освојити до 10 поена: 5 поена за активност на предавањима и 5 поена за активност на вежбама.

ТЕСТ: На овај начин студент може освојити до 10 поена.

ПРАКТИЧНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 20 поена

ЗАВРШНИ УСМЕНИ ИСПИТ: На овај начин студент може освојити до 70 поена. тако што на свако од 5 питања може добити 0-14 поена.

Назив предмета	МАКСИМАЛНО ПОЕНА				
	Активност у току наставе	Тест	Практични испит	Усмени испит	Σ
Технике масаже	10	10	20	60	100
Σ	10	10	20	60	100

Завршна оцена се формира на следећи начин: потребно је да студент стекне 51 поен, да положи усмени испит.

број освојених поена	оцена
----------------------	-------

0 - 50	5
51 - 60	6
61 - 70	7
71 - 80	8
81 - 90	9
91 - 100	10

ЛИТЕРАТУРА:

НАЗИВ УЏБЕНИКА	АУТОРИ	ИЗДАВАЧ	БИБЛИОТЕКА
Технике масаже	Тања Луковић, Душица Ђорђевић	Медицински факултет, Крагујевац, 2015.	Има

Сва предавања и материјал за рад у малој групи налазе се на сајту Факултета медицинских наука: www.medf.kg.ac.rs

ПРОГРАМ:

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 1 (ПРВА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Дефиниција масаже. Историјат масаже Предмет и значај изучавања. Методе рада. Подела масаже Клиничка примена масаже. Технике масаже.</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Појам технике масаже• Разликовати директно и индиректно дејство масаже• Уочити сличности и разлике између појединих техника масаже• Специфичности појединих техника масаже	<p>Евалуација функција локомоторног апарата. Основни анатомски и функционални подаци-мишићи површног и дубоког слоја, крвни и лимфни судови. Трајање масаже. Дејства масаже.</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Упознати се са основним техникама масаже• Разликовати ефекте апаратурне и безапаратурне масаже• Разликовати класичне и традиционалне технике масаже• Упознати се са ограничењима у примени масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 2 (ДРУГА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Везе масаже различитим наукама. Место и улога масаже у рехабилитацији. Услови за просторију, опрему и масера</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Повезаност масаже са другим начинима лечења• Улога масаже у рехабилитационој медицини.• Упознати се са основним историјским подацима и разумети њихов значај за практичну примену масаже	<p>Просторија за масажу Опрема за масажу Масер</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Научити услове које треба испунити да би масажа била правилно изведена• Научити услове које треба да испуни масер• Научити услове који треба да буду у просторији за масажу• Одабрати правилно средство за масажу и опрему

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 3 (ТРЕЋА НЕДЕЉА)

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Мануелна масажа Индикације за мануелну масажу Контраиндикације за мануелну масажу Медијуми који се користе у мануелној масажи</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Научити индикациону област за мануелну масажу• Уочити сличности и разлике међу појединим хватовима• Правилно изабрати хватове и међухватове• Значај медијума који се користе у масажи• Врсте медијума који се користе у масажи	<p>Основни хватови у мануелној масажи Хват глађења Хват трљања Хват гњечења Хват лупкања Хват вибрација</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none">• Приказати просторију за масажу и услове које треба да испуни• Практично извести основне хватове• Научити индикације за поједине хватове• Научити контраиндикације за поједине хватове

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 4 (ЧЕТВРТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Припрема пацијента за масажу Припрема масера Приказ масажних хватова Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Приказати средњи физиолошки положај руке масираног • Приказати средњи физиолошки положај ноге масираног • Научити основне хватове • Научити правац извођења, јачину притиска и клиничке ефекте сваког хвата понаособ 	Међухватови у мануелној масажу Индикације и контраиндикације за мануелну масажу. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Практично извести међухватове • Усвојити правилан положај масера и масираног • Димензије стола за масажу

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 5 (ПЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Физиолошко дејство масаже на поједине органе и системе: дејство на кожу, на поткожно ткиво, дејство на мишиће, дејство на КВС, дејство на РС, дејство на нервни сиситем. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити ефекте масаже на кожу • Научити ефекте масаже на здрав и болестан мишић • Научити ефекте масаже на централни НС, периферни НС, вегетативни НС • Научити ефекте масаже на КВС • Научити ефекте масаже на РС 	Обнављање анатомских, физиолошких и топографских података значајних за извођење масаже. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Уочити значај познавања анатомије и физиологије за квалитетно извођење масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 6 (ШЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Основни појмови из рефлексне масаже. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити врсте рефлексне масаже • Научити принципе дејства рефлексне масаже • Овладати техником извођења рефлексне масаже • Периостна масажа-основни принципи извођења, дејства, индикациона област 	Приказ филма о рефлексној масажу. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Уочити специфичности стопала као регије за масажу • Издвојити специфичности рефлексне масаже • Научити врсте рефлексне масаже • Научити принципе дејства рефлексне масаже • Овладати техником извођења рефлексне масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 7 (СЕДМА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Мануелна лимфна дренажа и њене специфичности. Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити принципе извођења МЛД • Научити индикације за МЛД • Научити контраиндикације за МЛД • Научити правила за извођење МЛД • Научити технике примене МЛД 	Практично извођење МЛД Дозирање МЛД Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Дискусија о филму • Специфичности дозирања МЛД • Научити заграбни хват • Научити заокретни хват • Научити хват пумпања

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 8 (ОСМА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Масажа лица и врата Самомасажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Научити основне принципе извођења, дејства, индикациону област за масажу лица • Научити основне принципе извођења, дејства, индикациону област за самомасажу 	Практични приказ масаже лица и врата Приказ самомасаже Циљеви: <ul style="list-style-type: none"> • Издвојити специфичности масаже лица • Научити индикациону област за масажу лица • Научити принципе дејства самомасаже • Овладати техником извођења само-масаже

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 9 (ДЕВЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Парцијална и општа масажа Масажа трупa Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Научити механизам дејства и опште ефекте мануелене масаже• Научити врсте масаже према намени• Научити врсте масаже према величини третиране регије• Научити индикације за масажу трупa	Практични приказ масажних хватова на регији груди Практични приказ масажних хватова на регији трбуха Практични приказ масажних хватова на регији леђа Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Овладати техником извођења масаже грудног коша• Овладати техником извођења масаже трбуха• Овладати техником извођења масаже леђа

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 10 (ДЕСЕТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Масажа горњих екстремитета Масажа доњих екстремитета Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Овладати техником извођења масаже екстремитета• Овладати техником извођења масаже лица• Научити редослед извођења извођења масаже• Обновити топографску анатомију регије• Научити специфичности масаже екстремитета	Парцијална и тотална масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Сличности и разлике парцијалне и тоталне масаже• Козметичка масажа

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 11 (ЈЕДАНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
Туина масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Научити ефекте туина и шијаца масаже на организам• Научити технике туина и шијаца масаже• Научити индикације за туина и шијаца масажу• Уочити разлике у односу на класичне технике масаже• Појам здравња у традиционалној медицини	Апаратурна масажа Циљеви: <ul style="list-style-type: none">• Научити ефекте пнеумомасаже• Апарат за пнеумомасажу• Научити ефекте вибромасаже• Апарат за вибромасажу• Научити ефекте хидромасаже• Апарат за пнеумомасажу

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 12 (ДВАНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Медицинска масажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Масажа код интернистичког болесника • Масажа код неуролошког болесника • Масажа код реуматолошког болесника • Приказати положаје за извођење медицинске масаже-седећи, лежећи потрбушни, лежећи на леђима 	<p>Положај масираног у току медицинске масаже</p> <p>Трајање и специфичности</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Масажа код обстипације • Масажа код Carpal tunnel SY • Масажа код Mb Bechterew

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 13 (ТРИНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Трудноћа и масажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити специфичности трудноће • Научити проблеме који прате физиолошку и патолошку трудноћу у првом, другом и трећем триместру трудноће • Научити могућности техника масаже у трудноћи • Избор техника масаже у трудноћи 	<p>Избор положаја за масажу труднице</p> <p>Трајање масаже труднице</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Специфичности трудноће-анатомске, физиолошке и њихов значај за масажу • Услови за масажу труднице • Технике примене масаже труднице • Правила извођења самомасаже труднице

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 14 (ЧЕТРНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Масажа спортиста</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити анатомске и физиолошке специфичности спортиста • Припремна и одмарајућа масажа спортиста-сличности и разлике • Научити специфичности масаже код различитих спортова: спортова са лоптом, спортова на води,борилачких.. 	<p>Самомасажа</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научити предности и недостатке самомасаже у односу на класичну масажу • Приказ самомасаже ногу • Приказ самомасаже трбуха • Приказ самомасаже груди • Приказ самомасаже леђа и бокова • Приказ самомасаже врата и рамена

НАСТАВНА ЈЕДИНИЦА 15 (ПЕТНАЕСТА НЕДЕЉА):

предавања 2 часа	рад у малој групи 2 часа
<p>Репетиторијум</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Евалуација целокупног градива 	<p>Практични рад студената са пацијентима по избору</p> <p>Циљеви:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практични рад студената са пацијентима по избору

РАСПОРЕД ПРЕДАВАЊА

МАЈА САЈА (С4)

УТОРАК

11:15 - 12:45

РАСПОРЕД ВЕЖБИ

РХ ЦЕНТАР

ЧЕТВРТАК

11:15-12:45

I група

12:50-14:20

II група

14:25-15:55

III група

16:00 - 17:30

IV група

[Распоред наставе](#)

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
1	П	Појам, подела, историјат масаже	Проф. др Тања Луковић
	В	Евалуација функција локомоторног апарата	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
2	П	Услови, опрема, просторија за масажу и масер	Проф. др Тања Луковић
	В	Опрема, просторија за масажу и масер	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
3	П	Индикације и контраиндикације за мануелну масажу. Хватови	Проф. др Тања Луковић
	В	Медијуми у масажима, масажни хватови у мануелној масажима	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
4	П	Припрема и положаји масера и масираног. Средства за масажу	Проф. др Тања Луковић
	В	Масажни међухватови	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
			Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
5	П	Ефекти мануелне масаже на поједине системе	Проф. др Тања Луковић
	В	Практични приказ мануелне масаже	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
6	П	Рефлексна масажа	Проф. др Тања Луковић
	В	Приказ филма о рефлексној масажи	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
7	П	Мануелна лимфна дренажа	Проф. др Тања Луковић
	В	Приказ хватова у мануелној лимфној дренажи	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
8	П	Масажа лица. Масажа врата. Самомасажа	Проф. др Тања Луковић

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
	В	Специфичности масаже лица. Начин извођења самомасаже	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
9	П	Масажа трупа	Доц др Јелена Милошевић
	В	Приказ масаже груди, трбуха и леђа	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
10	П	Масажа екстремитета	Доц др Јелена Милошевић
	В	Приказ масаже екстремитета	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
11	П	Туина масажа , Шијаца масажа	Проф. др Тања Луковић
	В	Специфичности егзотичних масажних техника	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
			Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
12	П	Медицинска масажа	Проф. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже код појединих болести	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
13	П	Масажа трудница	Проф. др Тања Луковић
	В	Положаји за масажу трудница	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
14	П	Масажа спортиста	Проф. др Тања Луковић
	В	Приказ масаже код спортиста различитих дисциплина	Асс др Кристијајн Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин

РАСПОРЕД НАСТАВЕ ЗА ПРЕДМЕТ ТЕХНИКЕ МАСАЖЕ

недеља	тип	назив методске јединице	наставник
15	П	Репетиторијум	Проф. др Тања Луковић
	В	Практични рад студената са пацијентима по избору	Асс др Кристијан Крстић Др Катарина Манојловић Доц др Јелена Милошевић Доц др Ана Дивјак Доц др Весна Грбовић Проф. др Тања Луковић Проф Катарина Парезановић Илић Проф Александра Јуришић Шкевин
		ИСПИТ	