



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УЧЕБНО-ДЕЛОВОЙ ЦЕНТР ВОЛЖСКОЙ ТПП»**

---

**УТВЕРЖДАЮ**



Директор  
АНО ДПО «УДЦ Волжской ТПП»  
ФИО

*А.В. Безрукова* 2016 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МАССАЖА»**

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
АНО ДПО «УДЦ Волжской ТПП»

*А.В. Безрукова* Безрукова А.В.  
«15» февраля 2016 г.

Волжский

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

**1.1. Цель реализации программы:** освоение обучающимися техники и приемов выполнения оздоровительного массажа с учетом индивидуальных особенностей анатомического строения человека; формирование у обучающихся понятия об общих принципах и методических правилах использования массажа и самомассажа в оздоровительных и профилактических целях, для поддержания активного и здорового образа жизни.

**1.2. Задачи реализации программы:** создание и обеспечение необходимых условий для профессионального самоопределения обучающихся; удовлетворение образовательных потребностей и интересов обучающихся.

**1.3. Актуальность программы:** определяется необходимостью формирования у населения устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании методов оздоровительного массажа в организации здорового образа жизни.

**1.4. Срок освоения программы:** 1 месяца (160 ак. часов).

**1.5. Форма обучения:** очная, очно-заочная.

**1.6. Категория обучающихся:** к освоению дополнительной общеразвивающей программы допускаются любые лица, без предъявления требований к уровню образования.

### 1.7. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дополнительной общеразвивающей программы «Основы оздоровительного массажа» обучающийся должен:

#### **иметь практический опыт:**

- подготовки рабочего места к приему пациента;
- организации рабочего пространства массажиста;
- подготовки пациента к процедуре гигиенического (оздоровительного) массажа;
- выполнение процедур гигиенического (оздоровительного) массажа с применением ручных, инструментальных и аппаратных видов массажа;
- выполнение различных приемов и техник оздоровительного массажа в профилактических целях с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента.

#### **уметь:**

- пользоваться механическим и электрическим оборудованием, применяемого для проведения гигиенического (оздоровительного) массажа;
- готовить дезинфицирующие растворы, разрешенные к применению;
- проводить процедуру/курс гигиенического (оздоровительного) массажа в профилактических целях с учетом возрастных, анатомо-физиологических, индивидуальных особенностей пациента.

#### **знать:**

- санитарные правила и нормы для кабинета массажа/рабочего места массажиста;
- требования к рабочей одежде и обуви массажиста;
- санитарно-гигиенические требования к обработке рук массажиста, личной гигиене;
- виды современного массажного и физиотерапевтического оборудования, применяемого в косметических и оздоровительных целях, инструкции по его применению;
- дезинфицирующие растворы, разрешенные к применению;
- виды и методики массажа, применяемые в целях профилактики заболеваний и травм;
- показания и противопоказания к проведению массажа в профилактических целях;
- характеристику массажных движений (приемов), техника массажа, сочетание и последовательность приемов при различных видах массажа, направленных на профилактику заболеваний и травм;
- современные методы, приемы и средства гигиенического, косметического массажа;
- правила работы с инструментами, аппаратами и приборами для массажа.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план программы

№	Наименование учебного модуля, дисциплины, раздела, темы	Трудоемкость в часах				Форма аттестации
		Всего	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа	
			Теоретические занятия	Практические занятия		
1	<b>ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>					
1.1	Профессиональная этика и культура обслуживания	2	2	–	–	зачет
1.2	Охрана труда. Электробезопасность и пожарная безопасность	4	2	–	2	зачет
2	<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>					
2.1.	Основы санитарии и гигиены	12	6	–	6	зачет
2.2.	Анатомия и физиология человека	16	16	–	–	зачет
2.3.	Классический массаж	36	18	10	8	зачет
3	<b>ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ</b> в учебном массажном кабинете					
3.1.	Учебная практика	36	–	36	–	зачет
3.2.	Производственная (профессиональная) практика	48	–	48	–	зачет
4.	<b>КОНСУЛЬТАЦИИ</b>	2	–	2	–	
5.	<b>ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>	4	–	4	–	зачет
	<b>Итого:</b>	<b>160</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>16</b>	

### 2.2. Календарный учебный график

№	Учебный модуль, дисциплина, раздел, тема	Количество часов по учебным неделям				Итого, час
		1	2	3	4	
1	<b>ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>					
1.1	Профессиональная этика и культура обслуживания	2				2
1.2	Охрана труда. Электробезопасность и пожарная безопасность	4				4
2	<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>					
2.1.	Основы санитарии и гигиены	12				12
2.2.	Анатомия и физиология человека	16				16
2.3.	Классический массаж	6	30			36
3	<b>ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ</b> в учебном массажном кабинете					
3.1.	Учебная практика		10	26		36
3.2.	Производственная (профессиональная) практика			14	34	48
4.	<b>КОНСУЛЬТАЦИИ</b>				2	2
5.	<b>ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>				4	4
	<b>Итого:</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>160</b>

### 2.3. Рабочая программа

№ п/п	Наименование модуля, раздела, темы	Содержание образовательной программы (по темам в дидактических единицах) и (или) отдельных ее компонентов (дисциплин (модулей), практик, стажировок)	Объем, часов
1	<b>ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>		
1.1	<b>Профессиональная этика и культура обслуживания</b>		2
1.1.1	Теоретическое занятие по теме «Введение. Задачи предмета. Культура обслуживания»	Задачи предмета «Профессиональная этика и культура обслуживания». Ознакомление с программой обучения. Культура обслуживания (понятие и сущность). Составные элементы культуры обслуживания: психологический, этический, эстетический, организационный.	0,5
1.1.2	Теоретическое занятие по теме «Профессиональная этика»	Понятие «профессиональная этика». Профессиональные моральные нормы – вежливость, предупредительность, тактичность, трудолюбие. Корректное поведение, такт и	0,5

		чувство меры. Моральные требования, предъявляемые к работникам сферы услуг. Специфика трудовой деятельности работника контактной зоны.	
1.1.3	Теоретическое занятие по теме « <i>Этическая культура и ее роль в сфере услуг</i> »	Понятие об этической культуре. Мораль и этика. Сущности профессионального поведения работника контактной зоны. Нравственные требования к профессиональному поведению. Сфера действия этикета. Стили общения в условиях массажного кабинета.	0,5
1.1.4	Теоретическое занятие по теме « <i>Эстетическая культура и ее роль в сфере услуг</i> »	Эстетические требования к оформлению предприятия. Эстетические требования к внешнему облику профессионального работника массажного кабинета. Основные составляющие внешнего облика (одежда, прическа, макияж). Организационная культура, ее сущность и роль в конкретной профессиональной деятельности.	0,5
<b>1.2</b>	<b>Охрана труда. Электробезопасность и пожарная безопасность</b>		<b>4</b>
1.2.1	Теоретическое занятие по теме « <i>Охрана труда. Травматизм и профзаболевания</i> »	Требования безопасности труда на предприятиях сферы услуг (в массажном кабинете), на рабочем месте. Соблюдение правил безопасности труда, производственной санитарии, гигиены и трудовой дисциплины. Правила безопасности при работе с веществами, вызывающими аллергические заболевания. Меры предупреждения травматизма и профессиональных заболеваний.	0,5
1.2.2	Теоретическое занятие по теме « <i>Электробезопасность</i> »	Правила безопасности при работе с веществами, вызывающими аллергические заболевания. Требования электробезопасности. Меры и средства защиты от поражения электрическим током.	1
1.2.3	Теоретическое занятие по теме « <i>Пожарная безопасность</i> »	Причины возникновения пожаров на предприятиях сферы услуг. Меры пожарной профилактики. Правила поведения при пожаре, порядок вызова пожарной команды. Средства пожаротушения и правила пользования ими.	0,5
	Самостоятельная работа по п. 1.2	Соблюдение правил безопасности труда, производственной санитарии, гигиены и трудовой дисциплины. Оказание первой помощи при несчастных случаях.	2
<b>2</b>	<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КУРС</b>		
<b>2.1.</b>	<b>Основы санитарии и гигиены</b>		<b>12</b>
2.1.1	Теоретическое занятие по теме « <i>Введение. Понятие о санитарии и гигиене</i> »	Понятие о санитарии и гигиене. Значение санитарии и гигиены в работе массажиста. Санитарный минимум. Санитарные правила в работе массажиста.	2
2.1.2	Теоретическое занятие по теме « <i>Профессиональная гигиена</i> »	Гигиена производства, санитарные требования к помещениям массажных кабинетов. Общий порядок и санитарное содержание массажных кабинетов. Санитарные требования к белью для обслуживания клиентов. Дезинфицирующие средства для рук, лица. Краткая характеристика, правила применения и хранения их. Санитарно-гигиенические требования к сотрудникам массажного кабинета: личная гигиена, чистота спецодежды, белья, медосмотры.	4
	Самостоятельная работа по п. 2.1	Санитарные правила в работе массажиста. Общий порядок и санитарное содержание массажных кабинетов. Санитарно-гигиенические требования к сотрудникам массажного кабинета: личная гигиена, чистота спецодежды, белья, медосмотры.	6
<b>2.2.</b>	<b>Анатомия и физиология человека</b>		<b>16</b>
	Теоретическое занятие по теме « <i>Основы анатомии человека</i> »	Основы анатомии человека. Строение кожи. Костная, мышечная, кровеносная, лимфатическая, нервная система.	16
<b>2.3.</b>	<b>Классический массаж</b>		<b>36</b>

2.3.1	Теоретическое занятие по теме <i>«Физиологическое действие массажа на организм человека»</i>	Влияние массажа на кожу, на сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, на костную систему, на мышечную систему.	2
2.3.2	Теоретическое занятие по теме <i>«Системы и классификация массажа»</i>	По методу: классический, сегментарно-рефлекторный, соединительно- тканый, периостальный, линейный, плантарный, биоэнергетический, инструментальный, аппаратный. По задачам: лечебный, спортивный, детский, оздоровительный (гигиенический), косметический. По системам: европейский, русский, восточный.	4
2.3.3	Теоретическое занятие по теме <i>«Гигиенические основы массажа»</i>  Практическое занятие по теме <i>«Гигиенические основы массажа»</i>	Помещение и оборудование. Санитарно-гигиенические требования к организации рабочего места массажиста. Средства для скольжения рук. Требования к массажисту. Режим работы массажиста. <i>Осмотр массируемой области тела.</i> Цвет кожи. Влажность кожи. Тurgор кожи. Отеки. Кожные сыпи и кровоизлияния. Повреждения кожных покровов. Лимфатические узлы. Кровеносные сосуды. Состояние мышц. Суставы. Требования к пациенту. Требования к курсу и к отдельному сеансу массажа. Противопоказания к применению массажа.	4  2
2.3.4	Теоретическое занятие по теме <i>«Техника классического массажа»</i>  Практическое занятие по теме <i>«Техника классического массажа»</i>	<i>Топография касания руки</i> и направление массажных движений (прямолинейное, кругообразное, спиралевидное, зигзагообразное). <i>Приемы классического массажа.</i> Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация. Выжимание. <i>Поглаживание:</i> плоскостное, обхватывающее (непрерывистое, прерывистое), гребнеобразное, граблеобразное, щипцеобразное, концентрическое. Физиологический эффект поглаживания. <i>Растирание:</i> прямолинейное, опорной частью кисти, круговое попеременное, круговое с отягощением, локтевым краем кисти, спиралевидное, гребнеобразное, граблеобразное, щипцеобразное, строгание, пиление, пересекание, сдвигание. Физиологический эффект растирания. <i>Разминание:</i> продольное, поперечное, ординарное, двойное ординарное, двойной гриф, двойное кольцевое, двойное кольцевое комбинированное, двойное кольцевое продольное, ординарно-продольное, клювовидное кругообразное, кругообразное разминание фалангами сжатых в кулак пальцев, кругообразное разминание основанием ладони, кругообразное разминание концевой фалангой большого пальца, кругообразное разминание концевыми фалангами пальцев, разминание основанием ладони с перекатом, валяние, накатывание, сдвигание, растяжение, надавливание, подергивание, сжатие, гребнеобразное, щипцеобразное. Физиологический эффект разминания. <i>Вибрация:</i> непрерывистая (стабильная, лабильная), прерывистая (ударная) – пунктирование, поколачивание, похлопывание, рубление, встряхивание, сотрясение и стегание. Физиологический эффект от вибрации. <i>Выжимание:</i> поперечное, выжимание ребром ладони, основанием ладони, клювовидное. Физиологический эффект выжимания.	4  4
2.3.5	Теоретическое занятие по теме <i>«Техника и методика массажа отдельных частей тела человека»</i>  Практическое занятие по теме <i>«Техника и методика массажа отдельных частей тела человека»</i>	<i>Массаж спины.</i> Анатомия области массажа. Строение позвоночного столба. Мышцы спины. Направление массажных движений. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж шейно-воротничковой зоны и верхней конечности.</i>	4  4

		<p>Понятие о воротничковой зоне. Мышцы. Скелет верхней конечности. Основные мышечные группы. Анатомия области массажа. Направление массажных движений. Массаж основных нервных стволов верхней конечности. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж пояснично-крестцовой области и нижней конечности.</i> Понятие о пояснично-крестцовой области. Скелет нижней конечности. Основные мышечные группы. Анатомия массируемой области. Направление массажных движений. Массаж основных нервных стволов нижней конечности. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж грудной клетки и живота.</i> Скелет грудной клетки. Основные мышечные группы. Анатомия органов брюшной полости. Направление массажных движений. Массаж диафрагмы. Массаж молочных желез. Понятие о коррекции фигуры массажем. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж передней поверхности шеи. Косметический массаж лица. Массаж волосистой части головы.</i> Анатомия массируемой области. Демонстрация. Практическая работа.</p>	
	Самостоятельная работа по п. 2.3		8
<b>3</b>	<b>ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ</b> в учебном массажном кабинете		
<b>3.1.</b>	<b>Учебная практика</b>		<b>36</b>
3.1.1	Практическое занятие по теме <i>«Вводное занятие. Организация рабочего места массажиста»</i>	<p>Ознакомление с учебным кабинетом и рабочим местом массажиста. Санитарно-гигиенические требования по содержанию помещений и противозидемический режим. Ознакомление с оборудованием массажного кабинета, правилами его эксплуатации. Организация рабочего места массажиста. Рациональное расположение материалов и препаратов на рабочем столике, изучение правил их применения и хранения.</p>	4
3.1.2	Практическое занятие по теме <i>«Инструктаж по охране труда, электро- и пожарной безопасности»</i>	<p>Организация безопасности труда в учебном массажном кабинете и на рабочем месте. Требования правил санитарии и гигиены и их соблюдение. Электро- и пожарная безопасность в учебном помещении и на рабочем месте. Причины возникновения пожаров и соблюдение правил пожарной безопасности. Пользование пожарной сигнализацией и средствами пожаротушения. Правила поведения и при пожаре.</p>	4
3.1.3	Практическое занятие по теме <i>«Освоение работ, выполняемых массажистом»</i>	<p>Наблюдение за работой массажиста-инструктора (мастера) производственного обучения. <i>Выполнение подготовительных работ.</i> Подготовка рабочего места. Мытье рук. Подготовка препаратов и материалов. Освоение приемов пользования бельем. <i>Классический массаж.</i> Изучение топографии касания рук на схемах и муляжах. Тренировка на одновременную работу пальцев и кистей рук в процессе массажа. Выполнение гимнастики для рук. Освоение массажных движений (направление, последовательность, сила и ритм). Отработка приемов классического массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация, выжимание. <i>Выполнение заключительных работ.</i></p>	6

3.1.4	Практическое занятие по теме «Освоение техники и методики выполнения массажа отдельных частей тела человека»	<p><i>Массаж спины.</i> Направление массажных движений. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж шейно-воротничковой зоны и верхней конечности.</i> Направление массажных движений. Массаж основных нервных стволов верхней конечности. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж пояснично-крестцовой области и нижней конечности.</i> Направление массажных движений. Массаж основных нервных стволов нижней конечности. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж грудной клетки и живота.</i> Направление массажных движений. Массаж диафрагмы. Массаж молочных желез. Понятие о коррекции фигуры массажем. Демонстрация. Практическая работа. <i>Массаж передней поверхности шеи. Косметический массаж лица. Массаж волосистой части головы.</i> Демонстрация. Практическая работа.</p>	10
3.1.5	Практическое занятие по теме «Самостоятельное выполнение работ массажиста 3-го разряда»	<p>Выполнение комплекса работ, предусмотренных квалификационной характеристикой, по обслуживанию клиентов с учетом требований техники безопасности и производственной санитарии под наблюдением инструктора (мастера) производственного обучения. Отработка уверенности в применении всех знаний и умений, полученных во время обучения. Закрепление методик и приемов выполнения классического массажа; отработка техники выполнения массажа отдельных частей тела человека. Совершенствование профессионального мастерства. <i>Квалификационная (пробная) работа</i></p>	12
<b>3.2.</b>	<b>Производственная (профессиональная) практика</b>		<b>48</b>
3.2.3	Практическое занятие по теме «Самостоятельное выполнение работ массажиста 3-го разряда»	<p>Самостоятельное выполнение комплекса работ, предусмотренных квалификационной характеристикой, по обслуживанию клиентов с учетом требований техники безопасности и производственной санитарии и нормами, установленными на предприятии. Приобретение опыта, закрепление и углубление практических навыков выполнения классического массажа; освоение приемов выполнения массажа отдельных частей тела человека. Совершенствование профессионального мастерства</p>	48
<b>4.</b>	<b>КОНСУЛЬТАЦИИ</b>	По материалам курса	<b>2</b>
<b>5.</b>	<b>ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>	По материалам курса	<b>4</b>
<b>Итого:</b>			<b>160</b>

## 2.4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (организационно-педагогические условия)

### 2.5. Учебно-методическое обеспечение программы

Учебно-методическая документация и материалы по всем разделам представлены наличием образовательной программы, разработанной на основе:

- Положения о требованиях к структуре, содержанию и оформлению образовательных программ, реализуемых АНО ДПО «УДЦ Волжской ТПП»;
- ФГОС СПО по профессии 34.02.02 «Медицинский массаж (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению)» (утв. приказом Министерством образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. №503);

• Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008).

Требуемые знания, умения, практический опыт обучающегося формируются на лекциях и практических занятиях, а также при выполнении самостоятельных работ по индивидуальным заданиям. Занятия построены по принципу объединения лекций с практическими занятиями в учебном массажном кабинете.

В процессе практического обучения (учебная и производственная (профессиональная) практики) обучающийся должен закрепить и углубить знания, полученные в процессе теоретического обучения, приобрести умения и практический опыт, овладеть техникой и приемами выполнения гигиенического (оздоровительного) массажа.

В процессе обучения особое внимание обращено на необходимость прочного усвоения и выполнения обучающимся всех требований и правил безопасности труда. К самостоятельному выполнению работ обучающиеся допускаются только после сдачи зачета по технике безопасности.

Освоение дополнительной общеразвивающей программы «Основы оздоровительного массажа» заканчивается итоговой аттестацией в форме зачета, к которому допускаются только те обучающиеся, которые успешно прошли тестирование по лекционному материалу, в полном объеме выполнили программу учебной и производственной (профессиональной) практик.

Методы обучения основаны на активном вовлечении обучающихся в учебный процесс с использованием качественных учебно-методических пособий, законодательных актов, нормативных документов и материалов профессионально-ориентированных периодических изданий. Занятия проводят высококвалифицированные преподаватели и специалисты, имеющие необходимый педагогический стаж и большой опыт практической работы массажистом.

По окончании обучения выдается диплом установленного образца.

## 2.6. Печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы

№ п/п	Наличие печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов	Наличие печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов (да/нет, наименование и реквизиты документа, подтверждающего их наличие), количество экземпляров на одного обучающегося по основной образовательной программе (шт.)
1.	Библиотеки, в том числе цифровые (электронные) библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам	1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов ( <a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> ). 2. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» ( <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a> ). 3. Министерство образования и науки Российской Федерации ( <a href="http://xn--80abucjiihbv9a.xn--plai/">http://xn--80abucjiihbv9a.xn--plai/</a> ). 4. СПС КонсультантПлюс (договор об информационной поддержке № 3 от 11.01.2016г.). 5. Федеральный портал «Российское образование» ( <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> ). 6. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов ( <a href="http://fcior.edu.ru/">http://fcior.edu.ru/</a> ).
2.	Печатные и (или) электронные учебные издания (включая учебники и учебные пособия)	0,5 экз. на 1 чел. 1. <i>Бирюкова А.А. Массаж: Учебник для вузов.</i> – М.: Физкультура и спорт, 2008. 2. <i>Дубровский В.И. Массаж: Учебник для сред. и высш. учеб. заведений.</i> – М.: ВЛАДОС, 2009. 3. <i>Зыкина О.В. Простые приемы оздоровительного массажа.</i> – М.: Эксмо, 2009. 4. <i>Кац А.Л. Санитария и гигиена парикмахерского дела: Учебник для средних профессионально-технических училищ.</i> – М. Легкая и пищевая промышленность, 1984. 5. <i>Лакруа Н., Ринальди Ф. и др. Массаж. Большая иллюстрированная энциклопедия.</i> / Пер. И. Крупичевой – М.: Эксмо, 2006. 6. <i>Первая помощь: Учебное пособие.</i> – Волжский: АНО «УДЦ Волжской ТПП», 2009 (+эл. версия). 7. <i>Столяренко Л.Д. Психология и этика деловых отношений.</i> – Ростов н/Д: Феникс, 2003. 8. <i>Фатыхов Д.Ф. Охрана труда в торговле, общественном питании,</i>



		<p>пищевых производствах в малом бизнесе и быту: Учебное пособие для нач. и сред. проф. образования. – М.: Академа, 2009 (+эл. версия).</p> <p>9. <i>Федюкович Н.И.</i> <b>Анатомия и физиология человека:</b> Учебник. – Ростов н/Д: Феникс, 2008.</p> <p>10. <i>Швырев А.А.</i> <b>Анатомия и физиология человека с основами общей патологии.</b> – Ростов н/Д: Феникс, 2008.</p> <p>11. <i>Шеламова Г.М.</i> <b>Деловая культура и психология общения:</b> Учебное пособие для нач. проф. образования. – М.: Академия, 2005.</p> <p>12. <i>Шеламова Г.М.</i> <b>Этикет делового общения:</b> Учебное пособие для нач. проф. образования. – М.: Академия, 2005.</p>
3.	Методические издания по всем входящим в реализуемые основные образовательные программы учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) в соответствии с учебным планом	<p>0,5 экз. на 1 чел.</p> <p>1. <i>Бубнов В.Г., Бубнова Н.В.</i> <b>Оказание экстренной помощи до прибытия врача:</b> Практическое пособие. – М.: НЦ ЭНАС, 2009.</p> <p>2. <b>Виды массажа.</b> Методическое пособие. – Волжский: АНО ДПО «УДЦ Волжской ТПП», 2016 (+эл. версия).</p> <p>3. <b>Оказание первой доврачебной неотложной помощи пострадавшим:</b> Методическое пособие. – Волжский: АНО «УДЦ Волжской ТПП», 2009 (+эл. версия).</p> <p>4. <i>Петра Шюрман.</i> <b>Косметика и уход за телом.</b> – М.: Крон-Пресс, 1998.</p>
4.	Периодические издания по всем входящим в реализуемые основные образовательные программы учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) в соответствии с учебным планом	–

### Электронные ресурсы

1. Министерство образования и науки Российской Федерации: <http://минобрнауки.рф/>
2. Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru/>
3. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»: <http://window.edu.ru/>
4. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru/>
5. Справочно-правовая система «Консультант Плюс», <http://www.consultant.ru/>

### 2.7. Материально-технические условия

№ п/п	Номер учебного кабинета, объекта для проведения практических занятий	Наименование учебного кабинета, объекта для проведения практических занятий	Перечень основного оборудования
1.	№ 1.2	Массажный кабинет	<b>Учебные материалы для практических занятий:</b> рабочее место массажиста (кушетка массажная), стол массажиста, валик для ног, валик для рук, ширма, стул поворотный, белье и др.
2.	№ 1.6	Учебный кабинет	<b>Библиотечный фонд:</b> учебники, учебно-методические пособия (в т.ч. в электронном виде), учебно-наглядные пособия; плакаты по охране и безопасности труда, по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшим; плакаты, брошюры и схемы по основным темам программы, дидактические материалы, справочники, законодательные акты и нормативные документы и т.п. <b>Технические средства обучения:</b> теле-, аудио-, видеоаппаратура и оргтехника, ноутбук - 10 шт. и др.
3.	№ 2.5		<b>Информационно-коммуникационные средства:</b> СПС КонсультантПлюс (договор об информационной поддержке № 3 от 11.01.2016г.), электронные библиотеки и базы данных, Интернет- ресурсы, аудио-, видео-, мультимедийные материалы (интерактивные курсы обучения на DVD и CD) и т.п. <b>Учебная мебель</b> (парты, стулья, аудиторные доски поворотные, штатив для карт и таблиц, аптечка индивидуальная и т.п.).

## 2.8. Информационное обеспечение программы

Не предусмотрено.

## 2.9. Кадровое обеспечение реализации программы

№ п/п	Наименование образовательной программы	Обеспеченность педагогическими работниками			
		Фамилия И.О., должность по штатному расписанию	Уровень образования, какое образовательное учреждение профессионального образования окончил, специальность по диплому, квалификация.  Окончание курсов повышения квалификации (за последние 5 лет), курсов профессиональной переподготовки, стажировки за 3 года (для мастеров п/о).	Ученая степень и ученое звание  (рабочий разряд у мастера п/о)	Условия привлечения к трудовой деятельности (штатный, совместитель, иное)
1.	Основы оздоровительного массажа	Попова Татьяна Владиславовна, преподаватель	Высшее Волгоградская государственная академия физической культуры и спорта, преподаватель Физической Культуры. Тренер по специальности «Физическая культура и спорт».  Среднее профессиональное Волжское медицинское училище Волгоградского облздравотдела, медицинская сестра.  Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Учебно-деловой центр Волжской ТПП» - «Психологические основы педагогического общения», удостоверение, 2015г.	-	по договору гражданско-правового характера

## 3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

для проведения итоговой аттестации в форме зачета  
по дополнительной общеразвивающей программе  
«Основы оздоровительного массажа»

### Примерные контрольные вопросы

1. Понятие о санитарии и гигиене.
2. Гигиена производства, санитарные требования.
3. Санитарные требования к белью.
4. Какие санитарно-гигиенические требования предъявляются к сотрудникам массажного кабинета?
5. Какое влияние оказывает массаж на организм человека?
6. Как классифицируется массаж?
7. Какие санитарно-гигиенические требования предъявляются к организации рабочего места массажиста?
8. Как производится осмотр массируемой области тела?
9. Какие приемы классического массажа вы знаете?
10. Расскажите о приеме классического массажа: поглаживание.
11. Расскажите о приеме классического массажа: растирание.
12. Расскажите о приеме классического массажа: разминание.
13. Расскажите о приеме классического массажа: вибрация.
14. Расскажите о приеме классического массажа: выжимание.
15. Методика выполнения массажа спины.
16. Методика выполнения шейно-воротничковой зоны и верхней конечности.

17. Методика выполнения массажа пояснично-крестцовой области и нижней конечности.
18. Методика выполнения массажа грудной клетки и живота.
19. Методика выполнения массажа передней поверхности шеи.
20. Методика выполнения косметического массажа лица.
21. Методика выполнения массажа волосистой части головы.

Преподаватель:

Попова Татьяна Владиславовна

  
(подпись)

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(подпись)