



Утверждена
А.В. Панфилов

Дополнительная общеразвивающая программа
«Основы классического массажа (Экспресс-курс)»

Срок реализации образовательной программы:

16 ак. часа

Разработана: А.В. Панфилов

Л.В. Гурова

1. Пояснительная часть

Настоящая образовательная программа является дополнительной общеразвивающей. Целью обучения является освоение обучающимися основ теории в области классического массажа и получение практических умений и навыков классического массажа, необходимых для оздоровления организма.

Задачами обучения: ознакомление обучающихся с учебным материалом, демонстрация в корректном исполнении приемов массажа и их отработка на практике, а также проверка усвоения теоретических знаний и практических умений.

Для освоения настоящей образовательной программы допускаются граждане, достигшие возраста 18 лет без предъявления требований к образованию и опыту работы.

Образовательная программа осваивается в течение 16 академических часа. Форма обучения – очная, предусматривающая выполнение самостоятельных заданий на дому. В соответствии с заданиями рабочей тетради и контрольно-измерительными материалами.

В результате освоения программы учащиеся должны знать: историю возникновения и развития массажа, основные принципы массажа: его значение и виды, гигиенические основы проведения массажа, физиологическое действие массажа на организм, основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, вибрация);

должны уметь: применять на практике основные приемы массажа, производить массаж отдельных областей тела (волосистой части головы, области шеи, верхних конечностей, спины и поясничной области).

2. Учебно-тематический план

В учебно-тематическом плане содержится информация о наименовании разделов программы, тем занятий, их специфике, теоретической или практической, а также количестве академических часов.

п/п	Разделы программы, темы занятий	Теория	Практика	Всего
1.	Занятие 1 Основные принципы и методика массажа. Основные приемы массажа: Поглаживания	1	3	4
2.	Занятие 2 Основные приемы массажа: Растирания, Разминания, Вибрация.	-	4	4
3.	Занятие 3 Массаж шейно-воротниковой зоны. Массаж волосистой части головы.	-	4	4
4.	Занятие 4 Массаж верхних конечностей. Шведский массаж (авторская методика А.Панфилова). Зачетные мероприятия.	-	4	4
	ИТОГО	1	15	16

3. Краткое описание содержания занятий

Согласно учебно-тематическому плану в настоящей таблице содержится краткое описание содержания занятий.

п/п	Разделы программы, темы занятий
	Занятие 1 Значение и виды массажа. История возникновения и развития массажа Гигиенические основы проведения массажа. Показания и противопоказания к оздоровительному массажу. Основы анатомического строения человека. Основные принципы и методика массажа. Действие массажа на организм. Основные приемы массажа. Поглаживание.
2.	Занятие 2 Основные приемы массажа. Растирание. Разминание. Вибрация.
3.	Занятие 3 Массаж шейно-воротниковой зоны. Особенности проведения массажа, основные приемы. Ограничения и противопоказания к массажу зоны. Массаж волосистой области головы: особенности проведения

	массажа, основные приемы. Ограничения и противопоказания к массажу зоны.
4.	Занятие 4 Массаж верхних конечностей. Особенности проведения массажа, основные приемы. Шведский массаж (авторская методика А.Панфилова) Зачет по теоретическим знаниям и практическим умениям

4. Формы аттестации и примерные оценочные материалы

Текущий контроль освоения программы осуществляется на практических и теоретических занятиях в процессе выполнения обучающимися заданий, предлагаемых преподавателем. Текущий контроль не предполагает оценивания и нацелен на оперативную корректировку процесса обучения.

Промежуточный контроль осуществляется по итогам освоения каждого из разделов (занятий). Данный вид контроля проводится в форме кейса и теста по освоенному разделу программы на дому с последующей проверкой качества выполнения работы преподавателем.

Итоговая аттестация проводится в форме зачета в целях выявления качества теоретической и практической подготовки обучающегося. Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения всех разделов программы, что подтверждается результатами промежуточного контроля. Лица, освоившие настоящую образовательную программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца о дополнительном образовании. Итоговая аттестация предполагает выполнение письменной работы с тестом и открытым вопросом, а также корректной демонстрацией приемов массажа применительно к определенной части тела.

№ п/п	Тип контроля	Форма оценивания	Способ оценивания	Критерии оценивания
1.	Текущий	Наблюдение, ответы на вопросы по изучаемой теме	Собеседование, самооценка, рефлексия	Грамотность выполнения заданий преподавателя, объективная самооценка

2.	Промежуточный	Промежуточный зачет	Проверка решения кейсов и тестов	Двоичная оценочная шкала - неудовлетворительно/удовлетворительно (при условии (не) верного выполнения кейса)
3.	Итоговый	Теоретический зачет	Проверка итогового теста	Удовлетворительно – 100-50% правильных ответов, включая открытый вопрос; Неудовлетворительно - менее 50 правильных ответов, включая открытый вопрос.
		Практический зачет	Соответствие правилам выполнения манипуляций	Удовлетворительно – корректное исполнение манипуляций; Неудовлетворительно - некорректное исполнение манипуляций.

Полный перечень кейсов, тестовых вопросов, открытых вопросов и практических заданий содержится в контрольно-измерительных материалах.

5. Организационно-педагогические условия

Обучение осуществляется на теоретических и практических занятиях.

На теоретических занятиях применяются следующие методы: объяснительно-иллюстративный метод, в основе которого лежит получение новой информации обучающимися от преподавателя, осмысление, обобщение и систематизация новых знаний; проблемный метод, сущность которого состоит в создании проблемной ситуации, её анализе, осознания сущности затруднения и постановке учебной проблемы, нахождения способа решения проблемы путем выдвижения гипотезы и её обоснования.

На практических занятиях используются методы, направленные на совершенствование знаний и формирование умений и навыков: информационно-рецептивный (сообщение или устная информация с использованием наглядных пособий (схемы, рисунки, муляжи, таблицы, больной и др.), репродуктивный с использованием алгоритмов выполнения манипуляций при изучении конкретной темы, метод решения ситуационных задач (в том числе с применением информационных технологий), анализа проблемной ситуации, деловая игра, проблемный метод, сущность которого состоит в создании проблемной ситуации, ее анализе, осознания сущности затруднения и постановке учебной проблемы, нахождения способа решения проблемы путем выдвижения гипотезы и ее обоснования.

На теоретических и практических занятиях применяется метод малых групп, метод опережающего обучения, позволяющий получать обучающимися знания новейших и перспективных технологий массажа, метод контекстного обучения, предусматривающий получение обучающимся не только академических знаний и умений, но и максимально приближающий их к профессиональной деятельности.

При подборе персонала предъявляются следующие требования: высшее или среднее специальное образование в области медицины (с квалификацией «врач», «фельдшер», «сестринское дело»), медицинской реабилитации, физиотерапии. Обязательное условие наличие практических навыков и опыта в сфере дисциплины программы обучения. Наличие документа о дополнительном образовании по специальным видам массажа, опыт работы не менее 3 лет, корректное владение

пальпаторным методом исследования, знание разновидностей техник и основных приемов проведения массажа, строения организма человека.

6. Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации образовательной программы «Основы классического массажа (экспресс-курс)» необходимо следующее оснащение:

Учебная аудитория, столы, стулья, гардероб, кулер (с холодной и горячей питьевой водой), часы сигнальные, термометр комнатный, компьютер персональный, проектор и экран, учебная доска с мелом или маркером, столы массажные, стулья массажные, валики массажные, бумажные методические пособия по теме образовательной программы, бумажные настенные иллюстрации по теме образовательной программы, видео-курс по теме образовательной программы, электронные книги по теме образовательной программы, электронные анатомические иллюстрации, расходные материалы, в том числе салфетки нетканые, простыни одноразовые, пеленки одноразовые, салфетки бумажные, полотенца, жидкое мыло, моющие и дезинфицирующие средства, губки для мытья инвентаря, масла массажные

7. Контрольно-измерительные материалы

Задания к теоретическому зачету по программе обучения «Классический массаж» изложены в Приложение 1 «Итоговый тест».

8. Список рекомендуемой литературы.

Ануфриева М. А. Все виды массажа/ М. А. Ануфриева.- М.: АСТ, 2010.-798с.

Белая Н. А. Лечебная физкультура и массаж/ Н. А. Белая.- М. Сов. спорт, 2004

Бирюков А.А. Спортивный массаж. Учебник. – М.: Академия, 2008. – 576с.

Бирюков А. А. Лечебный массаж/А. А. Бирюков.- М.: Академия, 2004

Вадутов Р.Р. Методические рекомендации для студентов по дисциплине «Косметический массаж» Екатеринбург.-2014.

Васечкин В.И. Большой справочник по массажу. М.: Невская книга: - ЭКСМО, 2002. – 448с.

Дубровский В.И. Лечебный массаж/В. И. Дубровский. – М.: ВЛАДОС, 2003,2005,2007

Дубровский В.И. Практический массаж. – М.: Мартин, 2000. – 464с.

Иванов В.И. Массаж. Новейший справочник. – М.: Эксмо, 2007. – 480с.

Погосян М. М. Лечебный массаж/М. М. Погосян.- М.: Сов. спорт, 2004