

  
«УТВЕРЖДАЮ»  
А. Р. Гаврилов



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ  
«Основы классического массажа»

2022 г.

## **1. Пояснительная часть**

Настоящая дистанционная 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.

Задачи обучения:

- ознакомление обучающихся с учебными теоретическими материалами,
- демонстрация в видеоформате корректных в исполнении приемов массажа,
- самостоятельная отработка приемов на практике
- проверка усвоения теоретических знаний и практических умений, посредством видеоконференции с тренером

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

Форма образовательной программы обучения – дистанционная, предусматривающая выполнение самостоятельных заданий на дому.

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

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

## 2. Учебно-тематический план

В учебно-тематическом плане содержится информация о наименовании тем видеоуроков, их описание, а также количестве образовательных часов.

№ п/п	Темы видеоуроков	Теория	Практика	Всего
1.	Видеоурок 1 Вводная часть, ознакомление	1	-	1
2.	Видеоурок 2 Основные приемы массажа. Поглаживания.	1	1	2
3.	Видеоурок 3 Основные приемы массажа. Растирания.	1	1	2
4.	Видеоурок 4 Основные приемы массажа. Разминания	1	1	2
5.	Видеоурок 5 Основные приемы массажа. Вибрация	1	1	2
6.	Видеоурок 6 Особенности комбинирования основных приемов массажа. Классический массаж спины	1	1	2
7.	Видеоурок 7 Классический массаж шейно-воротниковой зоны	1	2	3
8.	Видеоурок 8 Классический массаж нижних конечностей	1	2	3
9.	Видеоурок 9 Классический массаж волосистой части головы	1	2	3
	ИТОГО	9	11	20

### 3. Формы аттестации

Промежуточный контроль осуществляется по итогам освоения каждого из разделов (видеоуроков). Данный вид контроля проводится в формате тестирования, по освоенному разделу программы, с последующей автоматической проверкой качества выполнения.

Итоговая аттестация проводится в формате индивидуальной видеоконференции с тренером, демонстрации практических умений в видеоформате и ответом на теоретический вопрос, поставленный тренером, в целях выявления качества теоретической и практической подготовки обучающегося. Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения всех разделов программы, что подтверждается результатами промежуточного контроля (тестирования). Лица, освоившие настоящую образовательную программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца о дополнительном образовании.

№ п/п	Тип контроля	Форма оценивания	Способ оценивания	Критерии оценивания
1.	Промежуточный	Тестирование	Автоматическая	Двоичная оценочная шкала - неудовлетворительно/ удовлетворительно
2.	Итоговый	Теоретический зачет	Ответ на поставленный вопрос	Двоичная оценочная шкала - неудовлетворительно/ удовлетворительно
		Практический зачет (видеоформат)	Соответствие правилам	Удовлетворительно – корректное исполнение манипуляций;

			выполнения манипуляций	Неудовлетворительно - некорректное исполнение манипуляций.
--	--	--	---------------------------	--

Полный перечень тестовых вопросов, открытых вопросов и практических заданий содержится в видеоматериалах и методических пособиях, прилагающихся к видеокурсу.

#### **4. Организационно-педагогические условия**

Обучение осуществляется посредством видеоматериалов с демонстрацией практических умений и изложения теоретических аспектов в приложении.

На видеоуроках применяется объяснительно-иллюстративный метод, в основе которого лежит получение новой информации обучающимися от преподавателя, осмысление, обобщение и систематизация новых знаний.

Практическая часть обучения является самостоятельной. В нее входит выполнение практических манипуляций в домашних условиях, ориентируясь видеоуроки.

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.

#### **5. Материально-техническое обеспечение программы**

Для реализации образовательной программы дистанционного обучения «Основы классического массажа» обучающимся необходимо иметь следующее оснащение:

Устройство с доступом в Интернет, массажный стол, видеокурс по теме образовательной программы, электронные книги по теме образовательной программы, электронные анатомические иллюстрации, расходные материалы, в том числе жидкое мыло, моющие и дезинфицирующие средства, масла массажные.

## **6. Контрольно-измерительные материалы**

Полный перечень тестовых вопросов, открытых вопросов и практических заданий содержится в видеоматериалах и методических пособиях, прилагающихся к видеокурсу.

## **7. Список рекомендуемой литературы.**

1. Ануфриева М. А. Все виды массажа/ М. А. Ануфриева.- М.: АСТ, 2010.-798с.
2. Белая Н. А. Лечебная физкультура и массаж/ Н. А. Белая.- М. Сов. спорт, 2004
3. Бирюков А.А. Спортивный массаж. Учебник. – М.: Академия, 2008. – 576с.
4. Бирюков А. А. Лечебный массаж/А. А. Бирюков.- М.: Академия, 2004
5. Вадутов Р.Р. Методические рекомендации для студентов по дисциплине «Косметический массаж» Екатеринбург.-2014.
6. Васечкин В.И. Большой справочник по массажу. М.: Невская книга: - ЭКСМО, 2002. – 448с.
7. Дубровский В.И. Лечебный массаж/В. И. Дубровский. – М.: ВЛАДОС, 2003,2005,2007
8. Дубровский В.И. Практический массаж. – М.: Мартин, 2000. – 464с.
9. Иванов В.И. Массаж. Новейший справочник. – М.: Эксмо, 2007. – 480с.

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