УТВЕРЖДАЮ

Директор Учебного центра

«ANGELICA»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/А.В. Репкина/

« \_\_ »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019 г.

**Программа профессионального образования «Классический массаж»**

Квалификация - 3 разряд

Нормативный срок обучения – 4 недели

40 часов

Самара, 2019

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа профессиональной подготовки направлена на овладение обучающимися видом профессиональной деятельности "классический массаж" и соответствующим профессиональным компенсациям.

* Знать анатомию и физиологию, физиологическое влияние на организм.
* Знать показания и противопоказания массажа.
* Анализировать состояние кожи клиента, определять ее проблемы, находить способы и средства их решения;
* Определять и согласовывать выбор комплекса услуг;
* Знать разнообразные техники и приемы "классического массажа";
* Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;
Соблюдать санитарно-гигиенические нормы;
* Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности;
* Консультировать клиентов по домашнему профилактическому уходу по телу.

Программа может быть использована для повышения квалификации начинающих массажистов, подготовки квалифицированных специалистов базового уровня к работе в салонах красоты, СПА-салонах, фитнес-центрах, использующих передовые методы и технологии работы.

**Цели и задачи профессиональной подготовки.**

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциям обучающийся в ходе освоения программы должен:

ИМЕТЬ ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ:

* Формирование комплекса услуг по массажу;
* Выполнение массажа в технологической последовательности;
* Техники выполнения массажа отдельных частей тела;

УМЕТЬ:

* обеспечить инфекционную безопасность потребителя и исполнителя;
* обеспечить технику безопасности профессиональной деятельности;
* объяснять клиентам целесообразность рекомендуемого массажа;
* выполнять приемы классического массажа;
* выполнять массаж отдельных частей тела;
* уверенно переходить от одного приема к другому;
* одновременно владеть движениями обеих рук;
* сохранять правильную осанку в период длительного времени;
* правильно и красиво перемещаться относительно клиента, лежащего на кушетке;
* экономично использовать свои жизненные ресурсы;
* научиться слушать свои руки и определять различные проблемы на теле своего клиента;
* проводить массаж на различных участках тела;
* сохранять определенный ритм при выполнении массажа;
* принимать и сохранять во время массажа оптимальную рабочую позу;
* пользоваться валиками, подушками с целью придания пациенту наиболее удобного положения для массажа;
* выполнять технику и приемы лимфодренажного, медового, антицеллюлитного, баночного массажа;
* профессионально и доступно давать характеристику кожи и рекомендации по домашнему профилактическому уходу.

ПРИМЕНЯТЬ:

* правила и нормы профессионального этикета;
* основные виды косметических изученных средств ухода за кожей тела;
* вспомогательные материалы: вакуумные банки, мед;
* средства профессиональной косметики по телу.

Содержание программы

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **№** | **Наименование и содержание дисциплин, тем, блоков** |  **Всего** |  **Лекции** | **Количество часов. Практические занятия** | **Самостоя-тельная работа** |
|  1. | Общепрофессиональные дисциплины. | 9 | 9 |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  1.1 | Основы рыночной экономики и предпринимательской | 3 | 3 |   |   |
|   | деятельности: отрасль и рыночная экономика, формы  |   |   |   |   |
|   | организаций, их производственная и организационная  |   |   |   |   |
|   | структура; цены и ценообразование в рыночной эконо- |   |   |   |   |
|   | мике; капитал и имущество организации; организация ,  |   |   |   |   |
|   | нормирование и оплата труда; бизнес-план. |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  1.2. | Основы санитарии и гигиены: общие сведения о санитарии  | 3 | 3 |   |   |
|   | и гигиене; гигиена труда, профилактика травматизма,  |   |   |   |   |
|   | санитарно-гигиенические нормы; личная гигиена и  |   |   |   |   |
|   | заболевания. |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  1.3. | Профессиональная этика и культура обслуживания:психо- | 3 | 3 |   |   |
|   | логия общения в сфере услуг; этическая культура в сфере  |   |   |   |   |
|   | услуг; эстетическая культура и ее роль в сфере услуг. |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2. | Профессиональный модуль. | 31 | 5 |   |  |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.1. | Введение. История массажа, кассификация и система.  |   |   |   |   |
|   | Основные положения. Медовый массаж. Совмещения  |   |   |   |   |
|   | сочетание массажа.Повседневный косметический уход за  |   |   |   |   |
|   | кожей: этапность ,схемы ухода,применение домашней и  |   |   |   |   |
|   | профессиональной косметики,обзор некоторых линий. |   |   |   |   |
|  |   |   |   |   |   |
|  2.2. | Показания и противопоказания, понятие о боли, общийосмотр перед массажем. | 2 | 1 | 1 |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.3. | Анатомия человека, кожа, костно-мышечная система(погруппам), суставно связочный аппарат, лимфатическаясистема и магитральные сосуды, топография внутреннихорганов. | 2 | 2 |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.4. | Физиология человека. Физиологическое воздействие массажа на организм, кровоснабжение, иннервация, механизм возбуждения и торможения, обмен веществ. | 2 | 2 |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.5. | Классический массаж, история возникновения, техника иметодика применения, показания и противопоказания. Основные приемы: | 4 |   | 2 | 4 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|   |  Растирание. |   |   |   |   |
|   |  Разминание. |   |   |   |   |
|   |  Вибрационные приемы. |   |   |   |   |
|   |  Активные и пассивные движения растягивание. |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.6. | Классический массаж спины, техника и методика выполнения. | 3 |   | 3 |  |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.7. | Классический массаж таза и нижних конечностей, техника и методика выполнения. | 3 |   | 3 |  |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.8. | Классический массаж шеи и головы, рук, техника и мето-дика выполнения. | 3 |   | 3 | 2 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.9. | Классический массаж груди, живота. Техника и методика выполнения. | 3 |   | 3 | 2 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.10. | Лимфодренажный массаж, история возникновения, тех-ника и методика выполнения. Показания / противопока-зания. | 3 |   | 3 | 2 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.11 | Синхронный массаж, техника и методика выполнения,особенности выполнения. | 2 |   | 2 | 2 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.12. | Антицеллюлитный массаж, техника и методика выполне-ния, методы применения. Показания / противопоказания.Понятие о целлюлите и его стадиях.Предпосылки возникновения целлюлита. Эффективныеметоды борьбы с целлюлитом. Особенности проведения антицеллюлитного массажа. | 3 |   | 3 | 2 |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
|  2.13. | Квалификационный экзамен | 1 |   |   |  1 |