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, общий  осмотр перед массажем. | 2 | 1 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 2.3. | Анатомия человека, кожа, костно-мышечная система(по  группам), суставно связочный аппарат, лимфатическая  система и магитральные сосуды, топография внутренних  органов. | 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 и  методика 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. Эффективные  методы борьбы с целлюлитом. Особенности проведения  антицеллюлитного массажа. | 3 |  | 3 | 2 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 2.13. | Квалификационный экзамен | 1 |  |  | 1 |