


УТВЕРЖДАЮ
 Директор ЧОУ ДПО
 Учебный центр
 «Образование и карьера»
 * Р.М. Лукьянова
 «10» января 2020г

Учебный план – “Классический массаж и СПА технологии оздоровительного массажа”

Всего – 208 часа,

В том числе:

Обязательная аудиторная нагрузка обучающегося – 120 часов

Практическая работа (практикум по массажу) – 80 часов

Экзамен, дипломная работа – 8 часов

Самостоятельная работа обучающегося – 162 часа

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1	Общая часть в т.ч.:	4
1.1	Введение в массаж.	
1.2	Правила и гигиенические основы массажа Организация труда массажиста	
1.3	Этика и деонтология медицинского работника.	
1.4	Профилактика ВИЧ-инфекции.	зачет
2	Анатомо-физиологические основы массажа.	21
2.1	Общие сведения о строении скелета.	
2.2	Мышечная система человека	
2.3	Строение сердечно-сосудистой системы.	
2.4	Строение нервной системы, грудной и брюшной полости, кожи.	
2.4.1	Анатомо-топографические особенности головы, лица, шеи.	
2.4.2	Анатомо-топографические особенности верхней конечности.	
2.4.3	Анатомо-топографические особенности нижней конечности	
2.4.4	Анатомо-топографические особенности груди, спины и органов грудной полости	
2.4.4	Анатомо-топографические особенности области живота	
2.5	Физиологические основы массажа	
2.6	Зачет. Анатомо-физиологические основы массажа.	
3	Общая методика и техника классического массажа в т.ч.:	25
3.1	Приемы классического массажа.	
3.1.1	Основные и вспомогательные приемы поглаживания и растирания	
3.1.2	Основные и вспомогательные приемы разминания и вибрации	
3.2	Массаж отдельных частей тела:	
3.2.1	Массаж верхних и нижних конечностей	

3.2.2	Массаж спины, груди, воротниковой зоны и живота.	
3.2.3	Массаж головы, лица, шеи	
3.3	Зачет. Общая методика и техника классического массажа.	
4	Виды массажа	
4.1	Сегментарный массаж	
4.1.1	Понятие о законах иннервации внутренних органов. Отличие сегментарного массажа от классического. Приемы сегментарного массажа. Методические указания. Понятие о соединительно-тканном, периостальном массаже. Обоснование их применения. Показания и противопоказания. Техника массажа.	4
4.2	Гигиенический массаж	
4.2.1	Понятие о гигиеническом массаже, его цели, задачи. Показания и противопоказания к применению. Техника проведения. Самомассаж, показания и противопоказания к применению. Техника проведения	4
4.3	Косметический массаж	4
4.3.1	Понятие о косметическом массаже, его цели, задачи. Показания и противопоказания к применению. Методические указания. Подготовка к косметическому массажу. Массажные средства. Техника проведения.	
5	Частные методики и техника лечебного массажа	18
5.1	Массаж при болезнях ОДА	
5.1.1	Массаж при заболеваниях суставов.	1
5.1.2	Массаж при заболеваниях позвоночника.	1
5.1.3	Массаж при нарушениях осанки и сколиотической болезни.	1
5.1.4	Массаж при лечении ортопедических заболеваний	1
5.1.5	Зачет. Массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	1
5.2	Массаж при заболеваниях и повреждениях ЦНС и ПНС	1
5.2.1	Массаж при невралгии лицевого и тройничного нервов.	1
5.3	Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	1
5.3.1	Массаж при заболеваниях сердца и сердечно-сосудистой системы	1
5.3.2	Массаж при заболеваниях периферических сосудов	1
5.4	Массаж при заболеваниях органов дыхания.	1
5.4.1	Массаж при бронхиальной астме	1
5.5	Массаж при заболеваниях пищеварительных органов.	1
5.5.1	Массаж при заболеваниях желудка	1
5.6	Массаж при нарушениях обмена веществ	1
5.7	Массаж при заболеваниях кожи	1
5.8	Зачет. Частные методики и техники массажа	1
6	Неотложная доврачебная помощь при острых аллергических реакциях	1
7	Антицеллюлитный массаж в т.ч.:	10
7.1	Что такое стадии целлюлита	
7.2	Уход за кожей	
7.3	Виды обертывания. Противопоказания.	
7.4	Тонизирующий лимфодренажный массаж	
7.5	.Релаксирующий лимфодренажный массаж	

7.6	Тонизирующий массаж ягодиц	
7.7	Ваккум терапия.	
7.8	Щипковый массаж живота	
7.9	Массаж живота. Коррекция галифе	
7.10	Медовая терапия	
8	Массаж лица в т.ч.	10
8.1	Масла для массажа	
8.2	Маски для восстановления упругости и рельефа кожи.	
8.3	Антицеллюлитные средства	
8.4	Масляные бальзамы для массажа.	
8.5	Скульптурирующий массаж лица	
8.6	Гигиенический массаж лица	
8.7	Косметический массаж лица	
8.8	Медовый массаж лица	
8.9	Баночный массаж лица	
9.	Баночный массаж в т.ч.:	10
9.1	Показания к проведению процедур баночно- вакуумного массажа.	
9.2	Основные цели проведения баночно- вакуумного массажа.	
9.3	Основные противопоказания к проведению процедур баночно- вакуумного массажа.	
9.4	Виды банок для проведения процедур баночно- вакуумного массажа ,их отличие и подбор.	
9.5	Гигиенические нормы и особенности проведения.	
9.6	Зоны проведения.	
9.7	Основные приёмы баночно- вакуумного массажа.	
9.8	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в т.ч.:	
9.8.1	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в области спины.	
9.8.2	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в области живота.	
9.8.3	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в области грудной клетки.	
9.8.4	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в области нижних конечностей.	
9.8.5	Техника и методика баночно- вакуумного массажа в области верхних конечностей.	
10	Целесообразность сочетания баночно- вакуумного массажа с другими техниками.	

11.	Дипломная работа (самостоятельная работа)	62
12	Производственная практика (самостоятельная работа)	100