

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН**  
**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**  
**Республики Дагестан**  
**«Индустриально – промышленный колледж»**

Рассмотрена  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.

«Утверждаю»  
директор ГБПОУ РД «ИПК»  
Р.Х.Гаджиалиева  
Подпись ФИО  
«31» августа 2022 г.



**ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ**

**в рамках проекта по ранней профессиональной ориентации**  
**учащихся 6-11 классов общеобразовательных организаций**  
**«Билет в будущее»**

**Наименование профессионального направления: «Медицинский массаж»**

Автор программы: Багомедова Гулбарият Мухтаровна, мастер п/о.

Контакты автора: Республика Дагестан, город Избербаш, [zagirbekovav@gmail.com](mailto:zagirbekovav@gmail.com),

телефон 89624247421

## Паспорт программы

Компетенция	Медицинский массаж
Уровень	ознакомительный
Формат проведения	Очный
Время проведения	45 минут
Максимальное количество участников	8-10 человек
Возрастная категория участников	6-9 класс
Доступность для участников с инвалидностью и ОВЗ	Доступно
Допустимая нозологическая группа/ группы	Общие заболевания (нарушение дыхательной системы, пищеварительной, эндокринной систем, сердечно-сосудистой системы и т.д.)
Возможность проведения пробы в смешанных (инклюзивных) группах	Возможно одновременное участие детей с инвалидностью и ОВЗ и детей без инвалидности

## Введение

### Краткое описание профессионального направления

Массаж – это физиотерапевтический метод, представляющий собой совокупность приемов упорядоченного, дозированного механического воздействия (включающего механическую деформацию и вибрацию в инфразвуковом диапазоне) на различные участки человеческого тела, без проникновения через кожные покровы и без мобилизации относительно друг друга сегментов костно-суставных структур опорнодвигательного аппарата

### Место и перспективы профессионального направления в современной экономике региона, страны, мира

Чтобы освоить профессию массажиста, потребуются ключевые навыки – ловкость и нежность рук, знание массажных и аппаратных методов, знание базовой анатомии и физическая выносливость. Большую часть своего рабочего времени специалист будет проводить на ногах, ему придется прилагать силу, разминая своих клиентов санаториев. Ее также можно выбрать в качестве основной сферы деятельности, для работы в СПА-салонах и косметологических кабинетах, при бассейнах, тренажерных залах и саунах. В этом случае для трудоустройства достаточно одного сертификата об окончании курсов. Основным плюсом является то, что работать массажистом можно по свободному графику, занятость может быть как полной, так и частичной. Чем больше вы принимаете клиентов, тем выше ваш доход. Порадовать может и то, что эта специальность позволяет постоянно самосовершенствоваться, узнавать новое, перенимать опыт у других.

### Для выполнения профессиональной пробы начинающего уровня, участнику потребуются, ключевые навыки и знания для овладения компетенцией:

Чтобы освоить профессию массажиста, потребуются всего 4 навыка: Физическая выносливость. Большую часть своего рабочего времени специалист будет проводить на ногах, ему придется прилагать силу, разминая своих клиентов

### Интересные факты о компетенции

- Прикосновения массажиста могут снизить частоту сердечных сокращений и снизить кровяное давление.
- Массаж стимулирует выработку эндорфинов (естественных болеутоляющих средств организма), поэтому материнское объятие может помочь уменьшить боли у ребенка

### Связь задания в рамках пробы с реальной деятельностью

Профессиональная проба, как ролевая форма практико-ориентированной деятельности, является одним из эффективных способов педагогической поддержки в ситуации выбора профессии, так как в процессе ее прохождения подросток «пробует себя» в определенном виде труда. Её цель – знакомство учащихся с особенностями выбираемой профессии и испытание себя на соответствие склонностей, способностей, возможностей в процессе практической апробации к конкретной профессиональной деятельности

## **Постановка задания**

### **Общая формулировка задания в рамках пробы**

В рамках пробы, участник должен будет показать технику основных приемов:

поглаживание – комбинированное, продольное, попеременное, выжимание – ребром ладони, основанием ладони, разминание, основанием ладони, растирание – «щипцы», подушечками пальцев, гребнем кулака, потряхивание, вибрация

Для выполнения задания участнику будут предоставлены все материалы, оборудование по инфраструктурному листу, которым он имеет право пользоваться в ходе выполнения профессиональной пробы

Перед началом пробы:

-наставник знакомит участника с площадкой и оборудованием.

-наставник предоставляет участнику; Приложение №1 - прописаны все пошаговые действия по выполнению пробы

### **Выполнение задания**

#### **Пошаговая инструкция по выполнению задания**

-Придать телу пациента такую позу при которой его мускулатура и связочный аппарат суставов будут в расслабленном состоянии

-Тело пациента нужно накрыть простыней оставив открытыми только те участки тела, которые необходимы для массажа

-Не менять положение пациента без особой необходимости

-Создать необходимые условия работы, т.е исключить присутствие посторонних лиц, яркий свет, шум

#### **Рекомендации для наставника по организации процесса выполнения задания**

-Наставник внимательно следит за профессиональными навыками и умениями участника

-Наставник молча оценивает участника.

-Наставник фиксирует для себя приоритетные качества участника, которые необходимы в работе компетенции «Сетевое и системное администрирование»



## Инфраструктурный лист.

Наименование	Рекомендуемые технические характеристики с необходимыми примечаниями	Количество	На группу/на 1чел.
Кушетка	Технические характеристики: Габаритные размеры массажной кушетки в мм: 2010x700x540-1030 Допустимая равномерная нагрузка на массажную кушетку: не более 200 кг	1	1
Простыня	Обеспечивают необходимую гигиеничность проводимой манипуляции	2	1
Массажное масло/мазь	Масло имеет не только косметический эффект, но и оказывает лечебное воздействие.	1	1

Приложение  
№1

### Последовательность практического процесса.

#### **Занятие № 1: Общие основы массажа**

- 1.1. Общие основы массажа
- 2.1 Условия, обеспечивающие правильное выполнение массажа
- 3.1 Смазывающие вещества и присыпки

#### **Занятие №2: Техника массажа**

- 2.1. Характеристика и разновидности приемов поглаживания и выжимания
- 2.3. Характеристика и разновидности приемов растирания
- 2.4. Характеристика и разновидности приемов разминания
- 2.5. Характеристика и разновидности ударных и вибрационных приемов
- 2.6. Характеристика и разновидности приемов движения
- 2.7. Совершенствование техники выполнения общего и частного массажа

#### **Занятие №3: Лечебный массаж**

- 3.1. Основы сегментарно-рефлекторного массажа
- 3.2. Лечебный массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
- 3.3. Лечебный массаж при заболеваниях органов дыхания
- 3.4. Лечебный массаж при травмах опорно-двигательного

аппарата

3.5. Лечебный массаж при заболеваниях нервной системы

#### **Занятие №4. Массаж и гимнастика и в детском возрасте**

4.1. Методика детского массажа. Сочетание гимнастики и массажа у детей грудного возраста

4.2. Массаж при некоторых ортопедических заболеваниях у детей

4.3. Массаж при плоскостопии и косолапости

4.4. Массаж при нарушениях осанки и сколиозе

4.5. Массаж при детском церебральном параличе...

#### **Список литературы**

1. Ерёмушкин М. А. История массажа. Забытые секреты мастерства. М., 1996. – 156 с.
2. Белоголовский Г.Г. Анатомия человека (для массажистов). Изд-во ЙОКНЕАМ ИЛЛИТ, 2007. - 635 с.
3. Вербов А. Ф. Основы лечебного массажа. 5-е изд. – М.: Медицина, 1966. – 303 с.
4. Белая Н. А. Руководство по лечебному массажу./ 2-е изд. – М.: Медицина, 1983. – С. 287.
5. Дунаев И. В. Массаж отдельных анатомических областей тела человека. М., 1989. – 95 с.
6. Кондрашов А. В., Ходарев С. В., Харламов Е. В. Медицинский массаж. — Ростов на Дону: Феникс, 1999. – 384 с.
7. Еремущкин М.А. Классическая техника массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Справочное пособие. – СПб.: Наука и техника, 2010. – 192 с. СТР. 223 – 235. ЭТОТ ФРАГМЕНТ ДОСТУПЕН ТОЛЬКО ДЛЯ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ЭСТЕТИКИ
8. Бирюков А. А. Спортивный массаж: учеб. для студентов высших учеб. завед., обучающихся по специальности «Физическая культура». – М.: ИЦ «Академия», 2008. – 576 с.
9. Красикова И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет. - Издательство: Корона-Принт, 2011. – 320 с.
10. Ахабадзе А. Ф., Арутюнов В. Я. Практическое пособие для медицинских сестер косметичек-массажисток. – Изд. 4-е. – СПб: Гиппократ, 1993. – 127 с.
11. Готовец П.И., Субботин А. Д., Селиванов В. П. Лечебная физическая культура и массаж. – М.: Медицина, 1987. – 302 с



## Ссылки на электронные ресурсы:

<https://medstape.ru/wp-content/uploads/files/books/birukov-lechebni-massaj.pdf>

<https://massaj-spb.com/wp-content/uploads/2015/06/Пособие-по-массажу-Белоголовский-Г.-Г.-Практическое-руководство.pdf>

<http://uceba.viel-center.ru/assets/files/docs/metodicheskoe-posobie-po-osnovam-medicinskogo-massazha-info.pdf>

### Приложение №1



### Приложение №2 – ...

