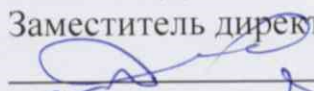
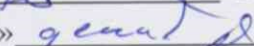


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КУЗБАССА  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЮРГИНСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УПР

 С. А. Решетка

«25»  2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ МАССАЖА»

2020

Дополнительная общеобразовательная программа обучения для детей направлена на целенаправленное обучение, позволяющее развить творческий потенциал каждого ребенка, оказывать положительное влияние на формирование его личности, помочь в профессиональной ориентации и адаптации в современном обществе.

#### СОСТАВИТЕЛЬ


Преподаватель дисциплин  
профессионального цикла ГПОУ ЮТК

 Е. С. Колегова

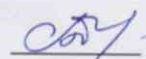
#### РАССМОТРЕНО

На заседании ЦМК отделения ДиТ  
Протокол № 3 от 10.11 2020 г.


Председатель  
ЦМК отделения ДиТ

 В. В. Решетка

Заведующий отделением ДиТ  
25.12 2020 г.

 Д. И. Ломака

Заведующий заочным отделением  
25.12 2020г.

 О. А. Усова

Заместитель директора по УМР  
\_\_\_\_\_ 2020г.

 И. Н. Данилова

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт программы.....	4
1.1	Область применения программы .....	4
1.2	Характеристика подготовки по программе.....	4
1.3	Требования к результатам освоения программ.....	6
2	Структура и содержание программы.....	7
2.1	Объем программы и виды учебных работ.....	8
2.2	Тематический план и содержание программы.....	9
3	Организационно - педагогические условия реализации программы	10
3.1	Требования к минимальному материально – техническому обеспечению.....	11
3.2	Кадровое обеспечение.....	11
3.3	Информационное обеспечение образовательного процесса.....	11
4	Контроль и оценка результатов освоения программы	12

# 1 ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

## 1.1 Область применения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей 12-16 лет ориентирована на обучающихся, проявляющих интересы и склонности в области индустрии красоты. В курсе решаются задачи по:

- ознакомлению детей с основными принципами выбора профессии, планирования карьеры;
- составлению индивидуального образовательного плана или программы саморазвития в соответствии с диагностическими данными;
- творческому и профессиональному развитию личности;
- созданию условий для практической пробы сил в различных видах деятельности;

**Цель программы** – содействие профессиональному самоопределению обучающихся путем приобретения специальных знаний, умений и навыков.

Намеченной целью обусловлены **задачи**:

- расширить представление о профессиях, связанных с индустрией красоты.
- обучить теоретическим и практическим навыкам в области индустрией красоты.
- обучить развитию разносторонних качеств личности: самостоятельности и способности к самоорганизации;
- навыков сотрудничества; технического и экономического мышления, способности ориентироваться в условиях современного рынка.
- воспитывать положительное отношение к себе, осознанию своих способностей и их реализации в будущей профессии.

Освоение данного направления позволяет решить проблемы, связанные с:

- организацией ранней профориентацией детей;



- организацией практико-ориентированной внеурочной деятельности школьников;
- осознанным выбором будущей профессиональной деятельности, соответствующей интересам, склонностям, способностям человека и потребностям общества;
- приобретением практических компетенций детьми в процессе обучения с использованием высокотехнологического оборудования;

Данная деятельность способствует воспитанию активности в познавательной деятельности, развитию высших психических функций (повышению внимания, развитию памяти и логического мышления), аккуратности, самостоятельности в учебном процессе.

Программа рассчитана на реализацию среди детей, желающих получить дополнительное образование по данному направлению.

## **1.2 Характеристика подготовки по программе**

Нормативный срок освоения программы – 20 часов.

Форма обучения: очно - заочная, с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

## **1.3 Требования к результатам освоения программы**

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам при работе с графической информацией;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов

деятельности.

Метапредметные результаты:

- умение ставить учебные цели;
- умение использовать внешний план для решения поставленной задачи;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль выполнения учебного задания по переходу информационной обучающей среды из начального состояния в конечное;
- умение сличать результат действий с эталоном (целью);
- умение вносить коррективы в действия в случае расхождения результата решения задачи с ранее поставленной целью;

Предметные результаты:

- умение использовать терминологию в области индустрии красоты;
- умение работать в коллективе;
- умение создавать новые стилевые образы;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации

### ***Ожидаемые результаты и способы их проверки***

В результате освоение программы к концу обучения учащийся должен знать:

- основы анатомии, физиологии кожи и мышц;
- общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи;
- возрастные особенности кожи;
- виды очищающих процедур по телу, показания и противопоказания;
- типы телосложений;

В результате к концу обучения учащийся должен уметь:

- выполнять основные приемы массажа;
- рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности;
- оценка состояния кожи, подкожно-жировой клетчатки и тонуса мышц тела клиента, определение и согласование с клиентом способа косметического очищения кожи тела.

## **2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1 Объем программы и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>20</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	10
практические занятия	8
Итоговая практическая работа	2



## 2.2 Тематический план

Наименование разделов	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень освоения
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Тема 1.1 Анатомия и физиология тела человека.	1. Физиологическое действие массажа на организм в целом и в частности.	4	
	2. Мышцы тела, рельеф мышц тела.		
	3. Показания и противопоказания к проведению массажа.		
Тема 1.2 Основные приёмы массажа	<b>Практические занятия</b>	2	
	1 Организация рабочего места для выполнения массажа		
	<b>Содержание</b>	6	
	1. Подготовительные и заключительные этапы массажа.		
	2. Материалы и препараты для массажа.		
	3. Основные и вспомогательные приёмы массажа.		
4. Массажные приёмы (поглаживание, растирание, разминание, выжимание, вибрация, ударные приёмы).			
5. Гимнастика для рук.			
<b>Итоговое занятие</b>	<b>Практические занятия</b>	20	
	1 Выполнение подготовительных и заключительных работ при выполнении массажа		
	2 Отработка основных и вспомогательных приёмов массажа		
	3 Отработка массажных приёмов		
Итоговая практическая работа «Выполнение массажных приёмов»		2	2
<b>Всего</b>		<b>20</b>	





### **3 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы реализуется в условиях:

Оборудование лаборатории технологии массажа и профилактической коррекции тела:

- кушетка многофункциональная с электрическим приводом;
- мягкий инвентарь;
- стул косметический;
- столик передвижной;
- массажные средства.

**3.2 Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по программе и руководство практикой:** среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование - бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю).

Дополнительное профессиональное образование на базе среднего профессионального образования (программ подготовки специалистов среднего звена) или высшего образования (бакалавриата) - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю).

**Требования к опыту практической работы:** опыт работы в области профессиональной деятельности, осваиваемой обучающимися и (или) соответствующей преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю) обязателен для преподавания по профессиональному учебному циклу программ среднего профессионального образования и при несоответствии направленности (профиля) образования преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю).

### 3.3 Информационное обеспечение обучения

#### Основные источники:

1. Фокин, В.Н., Полный курс массажа: Учебное пособие / В. Н. Фокин. - 2-е изд., испр.и доп. – Москва : [Фаир](#), 2016.
2. Еремушкин М.А., Базовый курс: классическая техника массажа : учеб. пособие / М.А. Еремушкин. – М.: ГЭОТАР - Медиа, 2015
3. Огуй, В.О., Антицеллюлитный массаж: Учебно-методическое пособие / В. О. [Огуй](#). – Ростов-на-Дону : [МарТ](#), 2015
4. Васичкин В.И., Большой справочник по массажу: Энциклопедии, справочники.
5. Остроумова, Е. Б. Основы косметологии. Макияж: учебное пособие для СПО / Е. Б. Остроумова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2017. — 176 с. — (Профессиональное образование).

#### Дополнительные источники:

1. Еремушкин, М.А., Киржнер, Б.В., Мочалов, А.Ю. Мягкие мануальные техники. Постизометрическая релаксация мышц. Учебное пособие, 2-е изд. – Санкт-Петербург: Наука и техника, 2014.
2. Казьмин, В.Д., Лечебные свойства овощей, фруктов и ягод с приложением оригинальных рецептов оздоровления: советы врача / В.Д. Казьмин, – Москва: [«Феникс»](#), 2013.
3. Луба, Е.С., Омолаживание лица: доступные и эффективные методы самомассажа /Е.С. [Луба](#), - Москва: , 2013.
4. Новикова, Л.В., Практическое пособие для косметолога-эстетист. Методы физиотерапии в косметологии. I часть. – 5-е изд., доп. и перераб. – Москва, 2013.
5. Хебиф, Т.П. Кожные болезни: диагностика и лечение. 4-е изд. - Медпресс-информ, 2016.



#### **4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ**

Контроль и оценка результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы обучения для детей и взрослых осуществляется путем выполнения итоговой практической работы «Выполнение массажных приемов».