

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Оздоровительный и спортивный массаж

(продолжительность 108 часов)

Рекомендована и утверждена на заседании
совета ИДО

«12» мая 2021 г., протокол № 4

Директор ИДО  Р.Н. Апойко

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«12» мая 2021 г., протокол № 5

Авторы-разработчики:

д-р биол. наук, профессор, зав. каф.
физической реабилитации

А.В. Шевцов 

канд. пед. наук, доцент, зав. каф. теории и
методики адаптивного спорта

А.В. Аксенов 

Санкт-Петербург
2021

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «**Оздоровительный и спортивный массаж**» направлена на удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей и интересов граждан в получении основных теоретических и знаний и практических умений классического массажа, как одной из важнейших здоровьесберегающих технологий для укрепления здоровья, поддержания физической активности и работоспособности; восстановления организма, комплексного и гармоничного развития физических возможностей, улучшения психоэмоционального состояния; развития познавательных способностей и расширения кругозора; профессионального самоопределения и формирования мотивации к трудовой деятельности по профессиям, востребованным на рынке труда.

1.1 Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» составляют:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура), №942, утвержденный 19 сентября 2017г. Минобрнауки России;

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный 19 сентября 2017г. № 946 Минобрнауки России;

- Профессиональный стандарт «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденный Минтруда России от 02 апреля 2019 г. № 199н (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 29 апреля 2019 г., регистрационный №54541);

- Профессиональный стандарт «Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере», утвержденный Минтруда России от 18 июня 2020 г., №6352н (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 20 июля 2020 г., регистрационный №59010);

1.2 Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Реализация программы повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» направлена на совершенствование и формирование новых компетенций,

необходимых для профессиональной деятельности, и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых слушатели, освоившие программу курсов повышения квалификации, могут осуществлять профессиональную деятельность:

03 Социальное обслуживание

05 Физическая культура и спорт

В рамках освоения программы повышения квалификации слушатели могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- реабилитационный (восстановительный)

- профилактический

Целью освоения программы является овладение слушателями системой научно-практических знаний, умений и компетенций в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и реализация их в своей профессиональной деятельности. А так же обновления теоретических и практических знаний в связи с повышением требований к уровню квалификации и необходимостью освоения современных методов решения профессиональных задач.

Объектами профессиональной деятельности слушателя являются студенты высших учебных заведений.

| Область профессиональной деятельности | Тип задачи профессиональной деятельности | Задачи профессиональной деятельности | Объекты профессиональной деятельности |
|--|---|---|---|
| 03 Социальное обслуживание | Реабилитационный (восстановительный) | Разработка и реализация комплексного маршрута реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с использованием средств и методов адаптивной физической культуры. | Реабилитационная (восстановительная) деятельность |
| 03 Социальное обслуживание | Профилактический | Разработка комплексных мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма. | Профилактическая деятельность |
| 05 Физическая культура и спорт | Реабилитационный (восстановительный) | Разработка и реализация комплексного маршрута реабилитации лиц с ограниченными | Реабилитационная (восстановительная) деятельность |

| | | | |
|--------------------------------|------------------|--|-------------------------------|
| | | возможностями здоровья, включая инвалидов с использованием средств и методов адаптивной физической культуры. | |
| 05 Физическая культура и спорт | Профилактический | Разработка комплексных мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания организма. | Профилактическая деятельность |

Программа повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» направлена на решение потребностей рынка труда, анализ опыта профессиональной деятельности специалистов в данной области.

1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

Рекомендуемый исходный образовательный уровень Курсов ориентирован на совершеннолетних студентов, людей имеющих среднее специальное, профессиональное образование и высшее профессиональное образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

Возможные наименования должностей, профессий:

Ассистент;
 Преподаватель;
 Старший преподаватель;
 Доцент;
 Профессор;
 Заведующий кафедрой.

1.3 Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» слушатель должен овладеть следующими профессиональными компетенциями:

ПК- 1. Знает закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Способен производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок.

1.4 Планируемые результаты обучения

| Компетенция | Трудовые действия | Знания | Умения | Имеет опыт |
|--|---|--|---|--|
| <p>Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 11 января 2011 г. N 1н г. Москва "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования"</p> | | | | |
| <p>ПК- 1. Знает закономерности восстановления или временных или утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Использует различные приемы массажа с учетом индивидуальных особенностей, наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Способен производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в</p> | <p>Использует различные приемы массажа с учетом индивидуальных особенностей, наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> | <p>– определения ключевых понятий и терминов; особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека; общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние на различные системы организма; вспомогательные средства, используемые при массаже; техники выполнения основных приемов классического и спортивного массажа; наиболее часто встречающиеся ошибки при выполнении основных массажных приемов и способы их устранения; показания и противопоказания к массажу; гигиенические нормы и требования к проведению сеанса массажа;</p> | <p>– правильно использовать различные приемы массажа на практике; квалифицированно проводить массаж, воздействующий на кровообращение и лимфатическую систему; мышцы и фасции с целью оздоровления и улучшения самочувствия; осуществлять психологическую и техническую самоподготовку в соответствии с требованиями, предъявляемыми к деятельности массажиста;</p> | <p>– представлениями о профилактических целях проведения массажа; системе органов и анатомическом строении тела человека (мышечной и сердечно-сосудистой системах, органах дыхания и пищеварения, опорно-двигательном аппарате); заболеваниях органов и костей (сколиозе, остеопорозе, остеохондрозе); различных видах</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок. | | | | массажа (классическом, оздоровительном, спортивном); требованиях, предъявляемых к профессиональным и личным качествам массажиста. |
|--|--|--|--|---|

1.5 Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной программе 108 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Курсы включают: изучение учебных материалов курса, выполнение практических заданий (54 часов) и самостоятельных работ (52 часа) + выполнение заданий письменного итогового экзаменационного теста (нормативное время – 2 часа).

Общий срок обучения – 1,5 месяца.

1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные курсом обучения по программе повышения квалификации и успешно прошедшие аттестационные испытания, предусмотренные учебным планом.

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются документы о квалификации – удостоверение о повышении квалификации установленного образца. Выпускникам, имеющим положительный результат итоговой аттестации при наличии среднего специального или высшего профессионального образования выдается Удостоверение о повышении квалификации установленного образца. Выпускникам, имеющим положительный результат итоговой аттестации и не имеющим среднего специального или высшего профессионального образования выдается Сертификат, подтверждающий обучение на Курсах, и общее количество учебных часов.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации оценку «неудовлетворительно», а также лицам, освоившим часть примерной программы повышения квалификации и (или) отчисленным из образовательной организации в ходе освоения примерной программы повышения квалификации, выдается справка об обучении или о периоде обучения.

1.7 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Образовательная деятельность слушателей по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Оздоровительный и спортивный массаж» предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия, деловые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, консультации и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.

Реализация компетентностного подхода должна предусматривать использование в образовательной деятельности образовательной организации активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, практикумов, практических тренингов) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Освоение примерной программы завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного зачёта (тестирование).

Оценка качества освоения примерной программы проводится в отношении соответствия результатов программы повышения квалификации заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Аудитория для проведения Курсов должна быть просторной, чистой, хорошо проветриваемой. Для проведения практических занятий необходимо, не менее 15

массажных столов, валиков, 30 мобильных табуретов и мультимедийная система. В аудитории должны быть установлены раковины, а рядом необходима санитарно-гигиеническая комната.

2 Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

2.1 Календарный учебный график

| Форма обучения | Аудиторных часов в день | Самостоятельная работа | Дней в неделю | Общая продолжительность программы |
|----------------|-------------------------|------------------------|---------------|-----------------------------------|
| Очная | 56 | 52 | 5 | 1,5 месяца |

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.