Приложение №4 к приказу №09-ОД от 05.08.2021 г.

Автономная некоммерческая организация
дополнительного профессионального образования
“Адмиралтейский колледж”

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель АО “Эдутех Групп”
_____ К. О. Польщикова
20 июля 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
АНО ДПО “АК” № 09-ОД
от «05» августа 2021 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

“Современные массажные техники для омоложения кожи лица”

Санкт-Петербург, 2021 г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативные документы для разработки программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации "Современные массажные техники для омоложения кожи лица" разработана с учетом требований рынка труда по инициативе АО “Эдутех Групп”, на основе профессионального стандарта 33.002 «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг", утвержденного Приказом Минтруда России от 22 декабря 2014 г. N 1069н и в соответствии с нормативными актами:

1. Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ “Об образовании в Российской Федерации”;
2. Уставом Автономной некоммерческой организации дополнительного профессионального образования “Адмиралтейский колледж” (далее - Колледж);
3. Локальными нормативными актами Колледжа.

1.2. Цель реализации программы

Целью реализации программы является формирование профессиональных компетенций, необходимых для выполнения новых профессиональных задач в рамках профессионального стандарта 33.002 «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг", утвержденного Приказом Минтруда России от 22 декабря 2014 г. N 1069н:

- ПК-1. Выполнение косметического массажа лица, шеи и зоны декольте с использованием современных массажных техник.

1.3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания, умения, навыки, необходимые для формирования новой профессиональной компетенции, указанной в п.1.2 (Таблица 1.2):

Таблица 1.2.

Профессиональные компетенции (трудовые функции)	В результате освоения курса слушатели должны приобрести:		
	знания	умения	практический опыт (навыки)
ПК -1. Выполнение косметического массажа лица, шеи и	- Психология общения и профессиональная этика косметика;	- Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены,	- Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов;

зоны декольте с использованием современных массажных техник.	- Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя; - Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов; - Состав и свойства косметических средств и используемых материалов; - Нормы расхода косметических средств и используемых материалов; - Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков; - Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи; - Возрастные особенности кожи; - Виды косметического массажа, показания и противопоказания; - Особенности и последовательность массажных приемов при выполнении пластического, гигиенического, аппаратного массажа, спа-массажа кожи лица и (или)	требования безопасности; - Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов; - Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места; - Использовать оборудование, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации; - Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи, возрастными особенностями и пожеланием клиента; - Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги; - Соблюдать техники выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте, спа-массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте;	- Подбор профессиональных средств и препаратов для косметического массажа; - Оценка состояния кожи, определение и согласование с клиентом индивидуальной программы косметического массажа; - Выполнение различных видов косметического массажа; - Консультирование клиента по выполнению косметического самомассажа лица, шеи, зоны декольте в домашних условиях.

	шеи, зоны декольте; - Техника выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа, спа-массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте; - Правила оказания первой помощи; - Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги.	- Применять различные косметические средства при выполнении косметического массажа; - Производить расчет стоимости оказанной услуги; - Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги.	

1.4. Категория слушателей

Лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица обучающиеся по программе среднего профессионального или высшего образования, не имеющие медицинских противопоказаний для выполнения необходимых трудовых функций.

1.5. Медицинские противопоказания

Аллергия на косметические препараты и дезинфицирующие средства, инфекционные и кожные заболевания, нарушение цветоразличения, дефекты зрения и слуха, болезни суставов, ограничивающие движение пальцев и кистей рук, нарушения опорно-двигательного аппарата, варикозное расширение вен.

1.6. Особые условия допуска к работе

Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

1.7. Срок обучения

Трудоемкость программы повышения квалификации - 62 академических часа, включая все виды аудиторной, дистанционной и самостоятельной учебной работы слушателя, в том числе 28 часов - лекции, 32 часа - практические занятия, 2 часа отводится на итоговую аттестацию. Программа состоит из 7 модулей.

При освоении дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные массажные техники для омоложения кожи лица» возможен зачет учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), освоенных в процессе предшествующего обучения по основным профессиональным образовательным программам и (или) дополнительным образовательным программам.

1.8. Форма обучения - очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

Учебный план представлен в таблице 2.1.

Таблица 2.1

Наименование модуля/раздела/темы	Трудоемкость, акад.час.	Аудиторные занятия, час.			СРС, акад.час.	Промежуточная/итоговая аттестация
		Всего	Лекции	Практ. занятия		
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. Косметический массаж лица	20	20	12	8	0	
Модуль 2. Лимфодренажный массаж лица	6	6	3	3	0	
Модуль 3. Миофасциальный массаж лица	6	6	3	3	0	
Модуль 4. Хиропластический массаж лица	6	6	2	4	0	
Модуль 5. Буккальный массаж	7	7	3	4	0	
Модуль 6. Массаж Гуаша	7	7	3	4	0	
Модуль 7. Массаж Кобидо	8	8	2	6	0	
Итоговая аттестация	2	0	0	0	0	МЭ
Всего:	62	60	28	32	0	

МЭ - комплексный междисциплинарный экзамен.

2.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план представлен в таблице 2.2.

Таблица 2.2

Наименование модуля/раздела/темы	Трудоемкость, акад.час.	Аудиторные занятия, час.			СРС, акад.час.	Промежуточная/ итоговая аттестация
		Всего	Лекции	Практ. занятия		
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. Косметический массаж лица	**20**	**20**	**12**	**8**	**0**	
1.1. Влияние массажа лица на организм человека.	2	2	2	0	0	
1.2. Виды массажа лица.	2	2	2	0	0	
1.3. Основные приемы массажа лица.	4	4	2	2	0	
1.4. Этапы проведения массажа лица.	2	2	2	0	0	
1.5. Показания и противопоказания к процедуре косметического массажа.	1	1	1	0	0	
1.6. Косметический массаж	3	3	1	2	0	
1.7. Пластический массаж	3	3	1	2	0	
1.8. Массаж по технике Жаке	3	3	1	2	0	
Модуль 2. Лимфодренажный массаж лица	**6**	**6**	**3**	**3**	**0**	
2.1. Строение лимфатической системы.	1	1	1	0	0	
2.2. Показания и противопоказания к лимфодренажному массажу.	1	1	1	0	0	
2.3. Основные техники лимфодренажного массажа. Сочетание с другими процедурами. Требования к сеансу, курсу массажа.	2	2	1	1	0	

2.4. Этапы проведения процедуры лимфатического дренажа.	2	2	0	2	0	
Модуль 3. Миофасциальный массаж лица	**6**	**6**	**3**	**3**	**0**	
3.1. Понятие “фасции” в миофасциальном массаже. Их роль в организме человека. Причины болей и спазмов в теле.	2	2	2	0	0	
3.2. Эффект от миофасциального массажа. Показания и противопоказания к процедуре. Подготовка к проведению массажа.	1	1	1	0	0	
3.3. Техника выполнения миофасциального массажа для лица и шеи.	3	3	0	3	0	
Модуль 4. Хиропластический массаж лица	**6**	**6**	**2**	**4**	**0**	
4.1. Хиропластический массаж: история, цели, показания и противопоказания к процедуре, техники.	2	2	2	0	0	
4.2. Метаболический массаж	1	1	0	1	0	
4.3. Нейроседативный массаж	1	1	0	1	0	
4.4. Миотенсивный массаж	1	1	0	1	0	
4.5. Гемолимфатический дренаж	1	1	0	1	0	
Модуль 5. Буккальный массаж	**7**	**7**	**3**	**4**	**0**	
5.1. Определение и описание буккального массажа. Эффекты массажа. Показания и противопоказания. Основные массажные движения. Техника безопасности и санитарные нормы.	2	2	2	0	0	
5.2. Методика буккального массажа рта, губ, щек, подбородка. Проработка скульптурных линий подбородка.	3	3	1	2	0	
5.3. Массирование жевательных и мимических мышц через ротовую полость по всей длине от точек крепления.	2	2	0	2	0	

Модуль 6. Массаж Гуаша	**7**	**7**	**3**	**4**	**0**	
6.1. Показания к проведению массажа	1	1	1	0	0	
6.2. Свойства и техника проведения массажа Гуаша для зоны лица	1	1	1	0	0	
6.3. Массажные приемы и техника проведения массажа Гуаша зоны спины	1	1	1	0	0	
6.4. Методика массаж лица в технике Гуаша	2	2	0	2	0	
6.5. Методика массаж спины в технике Гуаша.	2	2	0	2	0	
Модуль 7. Массаж Кобидо	**8**	**8**	**2**	**6**	**0**	
7.1. Определение и описание массажа Кобидо. Эффекты массажа. Показания и противопоказания. Основные массажные движения. Техника безопасности и гигиенические нормы.	1	1	1	0	0	
7.2.Основы анатомии лица и головы, необходимые для выполнения массажа. Упражнения для развития чувствительности в пальцах и кисти.	1	1	1	0	0	
7.3. Практика массажа Кобидо лица, передней части шеи и зоны декольте. Отработка навыков.	3	3	0	3	0	
7.4. Практика массажа Кобидо задней части шеи и волосистой части головы. Отработка навыков.	3	3	0	3	0	
Итоговая аттестация	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**МЭ**
Всего:	**62**	**60**	**28**	**32**	**0**	

3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

3.1. Рабочая программа модуля 1 “Косметический массаж лица”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 20 академических часов, в том числе 12 часов - лекции, 8 часов - практические занятия.

3.1.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.1.1

Таблица 3.1.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Влияние массажа лица на организм человека.	2
2	Виды массажа лица.	2
3	Основные приемы массажа лица.	2
4	Этапы проведения массажа лица.	2
5	Показания и противопоказания к процедуре косметического массажа.	1
6	Косметический массаж	1
7	Пластический массаж	1
8	Массаж по технике Жаке	1
ИТОГО		12

3.1.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.1.2

Таблица 3.1.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Основные приемы массажа лица.	2
2.	Косметический массаж	2
3	Пластический массаж	2
4	Массаж по технике Жаке	2
ИТОГО		8

3.2. Рабочая программа модуля 2 “Лимфодренажный массаж лица”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 6 академических часов, в том числе 3 часа - лекции, 3 часа - практические занятия.

3.2.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.2.1

Таблица 3.2.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Строение лимфатической системы.	1
2	Показания и противопоказания к лимфодренажному массажу.	1
3	Основные техники лимфодренажного массажа. Сочетание с другими процедурами. Требования к сеансу, курсу массажа.	1
ИТОГО		3

3.2.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.2.2

Таблица 3.2.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Основные техники лимфодренажного массажа. Сочетание с другими процедурами. Требования к сеансу, курсу массажа.	1
2.	Этапы проведения процедуры лимфатического дренажа.	2
ИТОГО		3

3.3. Рабочая программа модуля 3 “Миофасциальный массаж лица”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 6 академических часов, в том числе 3 часа - лекции, 3 часа - практические занятия.

3.3.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.3.1

Таблица 3.3.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Понятие “фасции” в миофасциальном массаже. Их роль в организме человека. Причины болей и спазмов в теле.	2
2	Эффект от миофасциального массажа. Показания и противопоказания к процедуре. Подготовка к проведению массажа.	1
ИТОГО		3

3.3.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.4.2

Таблица 3.3.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Техника выполнения миофасциального массажа для лица и шеи.	3
ИТОГО		3

3.4. Рабочая программа модуля 4 “Хиропластический массаж лица”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 6 академических часов, в том числе 2 часа - лекции, 4 часа - практические занятия.

3.4.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.4.1

Таблица 3.4.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Хиропластический массаж: история, цели, показания и противопоказания к процедуре, техники.	2
ИТОГО		2

3.4.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.4.2

Таблица 3.4.2

№ темы	Темы практических занятий	Количество академических часов
1.	Метаболический массаж	1
2.	Нейроседативный массаж	1
3.	Миотенсивный массаж	1
4	Гемолимфатический дренаж	1
ИТОГО		4

3.5. Рабочая программа модуля 5 “Буккальный массаж”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 7 академических часов, в том числе 3 часа - лекции, 4 часа - практические занятия.

3.5.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.5.1

Таблица 3.5.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Определение и описание буккального массажа. Эффекты массажа. Показания и противопоказания. Основные массажные движения. Техника безопасности и санитарные нормы.	2
2	Методика буккального массажа рта, губ, щек, подбородка. Проработка скульптурных линий подбородка.	1
ИТОГО		3

3.5.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.5.2

Таблица 3.5.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Методика буккального массажа рта, губ, щек, подбородка. Проработка скульптурных линий подбородка.	2
2.	Массирование жевательных и мимических мышц через ротовую полость по всей длине от точек крепления.	2
ИТОГО		4

3.6. Рабочая программа модуля 6 “Массаж Гуаша”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 7 академических часов, в том числе 3 часа - лекции, 4 часа - практические занятия.

3.6.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.6.1

Таблица 3.6.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Показания к проведению массажа	1
2	Свойства и техника проведения массажа Гуаша для зоны лица	1
3	Массажные приемы и техника проведения массажа Гуаша зоны спины	1
ИТОГО		3

3.6.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.6.2

Таблица 3.6.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Методика массаж лица в технике Гуаша	2
2.	Методика массаж спины в технике Гуаша.	2
ИТОГО		4

3.7. Рабочая программа модуля 7 “Массаж Кобидо”

Трудоемкость рабочей программы модуля - 8 академических часов, в том числе 2 часа - лекции, 6 часов - практические занятия.

3.7.1. Перечень лекционных занятий по модулю.

Темы лекционных занятий представлены в таблице 3.7.1

Таблица 3.7.1

№ темы	Темы лекционных занятий	Количество академических часов
1	Определение и описание массажа Кобидо. Эффекты массажа. Показания и противопоказания. Основные массажные движения. Техника безопасности и гигиенические нормы.	1
2	Основы анатомии лица и головы, необходимые для выполнения массажа. Упражнения для развития чувствительности в пальцах и кисти.	1
ИТОГО		2

3.7.2. Перечень практических занятий

Перечень практических занятий представлен в таблице 3.7.2

Таблица 3.7.2

№ темы	Перечень практических занятий	Количество академических часов
1.	Практика массажа Кобидо лица, передней части шеи и зоны декольте. Отработка навыков.	3
2.	Практика массажа Кобидо задней части шеи и волосистой части головы. Отработка навыков.	3
ИТОГО		6

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график представлен в таблице 4.1.

Корректировка календарного графика производится по мере комплектования групп, изменения утверждаются директором.

Трудоемкость освоения программы - 62 академических часа. Нагрузка равномерно распределена в течении 5 недель. При этом максимальный объем аудиторной учебной нагрузки обучающихся не превышает 36 часов в неделю. Максимальный объем учебной нагрузки, включая все виды аудиторной и внеаудиторной работы, не превышает 54 ч. в неделю. Режим обучения регулируется расписанием учебных занятий.

Таблица 4.1.

Наименование модуля/раздела	Объем нагрузки, ак. час.	Учебные недели				
		1 нед.	2 нед.	3 нед.	4 нед.	5 нед.
Модуль 1. Косметический массаж лица	20	12	8			
Модуль 2. Лимфодренажный массаж лица	6		6			
Модуль 3. Миофасциальный массаж лица	6			6		
Модуль 4. Хиропластический массаж лица	6			6		
Модуль 5. Буккальный массаж	7				7	
Модуль 6. Массаж Гуаша	7				7	
Модуль 7. Массаж Кобидо	8					8
Итоговая аттестация	2					2
Всего:	62	12	14	12	14	10

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Учебная литература, рекомендуемая для освоения программы

Б.В. Киржнер, А. С. Иванова, Е. В. Шубина. Мягкие мануальные техники в эстетической косметологии. — СПб.: Наука и Техника, 2010. — 240 с. с иллюстрациями + DVD. - ISBN 978-5-94387-485-7.

О. Дан. Лифтинг-гимнастика для лица, шеи и декольте. -СПб: Питер, 2012. -192 с. - 978-5-459-01191-3.

5.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети “Интернет”, рекомендуемые для освоения программы

1. Все о массаже лица: виды, техника массирования, эффект
https://visceralmassage.ru/poleznye-stati/vse-o-massage-lica-vidy-tehnika-effect
2. Буккальный массаж лица
https://skin.ru/article/bukkalnyj-massazh-lica/
3. Хиропластический массаж лица (Палатай М.А.)
https://youtu.be/x7IPnQuPPN4
4. Миофасциально - пластический массаж. Инструкция по применению. Видео урок омоложения лица.
https://youtu.be/lyJc70H-m0c
5. Скульптурный массаж лица. Миофасциальный массаж лица. Буккальный массаж лица.
https://youtu.be/f_TJWoxSu-c
6. Лифтинг дренажный массаж лица Айгерим Жумадилова
https://youtu.be/tdZiAygsr14
7. Японский массаж лица «Кобидо»
https://youtu.be/EoHgJskzzVs
8. Массаж КОБИДО. Школа Когао.
https://youtu.be/-tBVPlMgQdc
9. Японский массаж лица Кобидо вместо пластической хирургии
https://youtu.be/YKAMt7bOUBQ

5.3. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по программе

Для организации образовательного процесса по программе используются:

- скоростной канал подключения к сети Интернет (оптоволокно);
- бесплатный WiFi для слушателей;
- система дистанционного обучения (GetCourse), позволяющая проводить онлайн-трансляции, создавать курсы с контентом в виде текстов, файлов, презентаций, опросных листов, формой обратной связи.

5.4. Материально-технические условия реализации программы

Колледж располагает материально-технической базой, соответствующей действующим правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов занятий, предусмотренных учебным планом программы. Реализация программы предполагает проведение очных занятий на территории образовательной организации и дистанционных занятий с применением технологий дистанционного обучения. Слушатели могут воспользоваться помещением для самостоятельной работы обучающихся, оснащенным компьютерной техникой с возможностью выхода в «Интернет».

5.5. Рекомендации к материально-техническим средствам слушателя и использовании интерактивного режима обучения

Изучение программы предполагает наличие у слушателей компьютера или ноутбука с возможностью подключения к сети Интернет. Рекомендуемые требования к компьютеру:
Платформа [OS]: Windows 10, 7, 8, 8.1
Разрядность: x86 (32-bit) или x64 (64-bit)
ЦП [CPU]: Pentium 4 с SSE2
Оперативная память [RAM]: 512 Mb

5.6. Кадровые условия реализации программы

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих образовательный процесс по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации: высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.

6. КОНТРОЛЬ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

6.1. Формы текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация программой не предусмотрены. Итоговая аттестация - проводится в форме итогового междисциплинарного экзамена, в ходе которого проводится комплексная проверка освоения теоретических знаний и практических навыков по всей программе обучения.
Отметка выставляется по двухбальной системе (“зачтено”, “незачтено”).
При аттестации на оценку “зачтено” слушатель считается получившим положительную оценку и успешно прошедшим программу обучения.

6.2. Оценочные материалы для итоговой аттестации

Оценочные средства используемые для проведения итоговой аттестации в Приложении №1.