

Комитет по образованию г. Улан-Удэ
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Межшкольный учебный центр г. Улан-Удэ»

Рассмотрено
на Педагогическом
Совете МБОУ ДО МУЦ

Протокол № 1
«31» 08 2023 г.

Согласовано


Заместитель директора
по УВР

Макарчук Е.Н.
«31» 08 2023 г.



Приказ № 778 1
от «05» 09 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
адаптированная программа
естественнонаучной направленности

«Основы массажа»

Возраст учащихся: 14-17 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Алексеева Л.С.

г. Улан-Удэ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая адаптированная программа естественнонаучной направленности «Основы массажа» разработана на основе нормативно – правовых документов:

- Закон РФ «Об образовании» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ с изменениями от 29.08.2015);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Министерство Образования и науки Российской Федерации Письмо от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы массажа» ориентирована на получение обучающимися инвалидами по зрению теоретических знаний и практических навыков, учит их деятельности, требующей использования этих знаний для решения конкретных задач или проблемных ситуаций, умению взаимодействовать в реальных жизненных условиях.

Также программа предназначена для повышения интереса обучающихся к своему здоровью, способствует самоопределению обучающихся относительно профиля обучения и дальнейшему выбору профессии.

При разработке содержания программы «Основы массажа» принималась во внимание специфика, которая заключается в следующем:

- направленность на формирование у обучающихся инвалидов по зрению современных знаний по анатомии;
- направленность на формирование у слепых и слабовидящих обучающихся пространственных и предметных представлений об окружающем мире при вовлечении в процессе обучения всех анализаторных систем;
- направленность на формирование и целенаправленного накопления у слепых и слабовидящих обучающихся знаний по вопросам гигиены и санитарии в профессиональной деятельности и в различных бытовых ситуациях.

Программа «Основы массажа» направлена:

- на решение задач формирования общей культуры, адаптации личности к жизни в обществе, на создание основы для осознанного выбора и освоения профессиональных образовательных программ.
- должна помочь обучающимся осознать социальный смысл и содержание их будущей специальности, активно включиться в самостоятельную трудовую деятельность.
- должна способствовать формированию профессиональной направленности, развития научного мышления и деятельности будущих массажистов.

В подготовке обучающихся, инвалидов по зрению, к трудовой жизни обучение профессии «Массажист» выступает не только как средство формирования трудовых навыков, представления о профессии и профессиональных интересов, но и как важное средство формирования личности в целом.

Обучающиеся получают знания по массажу, знакомятся практически с профессией «Массажист» и осваивают начальный курс введения в специальность.

Актуальность программы «Основы массажа» в том, что помимо образовательных задач, программа решает ряд задач коррекционной направленности. Она основана на вовлечении в процессе обучения всех анализаторных систем обучающихся, особенно осязания, как ведущего анализатора, также и в методических приёмах, используемых на уроках: работа по подгруппам, преобладание практических занятий

Особенность программы для слепых и слабовидящих обучающихся подобраны выпуклые, динамические, разборные пособия, обладающие достаточной наглядностью и позволяющие слепому человеку представить изучаемый объект. Использование в обучении незрячих обучающихся приёмов «сопряжённых действий»; приёмов «дробления на составные элементы»; отработка «рабочей позы», преобладание индивидуального подхода; тактильный контроль со стороны обучающегося - пациента, в преобладании индивидуального подхода; в коррекционной направленности каждого урока.

При организации учебного процесса необходимо учитывать гигиенические требования. Из-за быстрой утомляемости зрения возникает особая необходимость в уменьшении зрительной нагрузки.

В целях охраны зрения детей и обеспечения работоспособности необходимо:

- рассаживание обучающихся с учётом особенностей остаточного зрения (переносимость света, наличие цветового восприятия)
- проведение физкультминутки;
- чередование слуховой и тактильной нагрузки; фронтальной и индивидуальной формы работы;

- теоретической и практической работы.

Задачами программы являются:

Дидактические:

- формировать интеллектуальную компетенцию через самостоятельную, познавательную, исследовательскую, творческую деятельность обучающихся по овладению основными медицинскими терминами и понятиями;
- сформировать представления об общих основах анатомии и физиологии организма человека;
- формировать информационную компетенцию через использование слепыми и слабовидящими различных источников информации;
- обучить определять различные анатомические объекты на пособиях, муляжах, динамических моделях и на теле человека;
- формировать здоровьесберегающую компетенцию через освоение видов медицинской помощи и использование полученных знаний на практике в реальных жизненных условиях;
- дать знания о видах массажа, методиках классического массажа, практическом применении их;
- формировать умения по выполнению приёмов классического массажа и выбору методики массажа в зависимости от поставленной задачи;
- формировать умение объяснять приёмы и технику выполняемой методики;
- вырабатывать (совершенствовать) навыки работы с методиками практического характера.

Воспитательные:

- формировать навыки санитарии и личной гигиены;
- способствовать социально-профессиональному самоопределению;
- развивать самостоятельность в ситуации профессиональной деятельности;
- способствовать саморазвитию.
- развивать коммуникативные компетенции обучающихся, инвалидов по зрению, через работу в группах, публичные выступления, использование дискуссионных форм обучения и интерес к профессии «массажист»;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- формировать бережное и чуткое отношение к человеку (при работе в паре).

Коррекционные:

- формировать алгоритм действий в ситуации профессиональной деятельности;
- формировать навыки пространственной ориентировки в малом (при определении анатомических объектов, при обработке зон на теле человека) и большом (в условиях кабинета и рабочего места – парта, кушетка, интерактивная доска...) пространствах;
- развивать логическое мышление при решении ситуационных задач;
- развивать процессы сопоставления анатомических объектов при исследовании их на пособиях, муляжах, моделях и на теле человека;
- развивать умение концентрироваться на осязательной чувствительности при отыскании различных анатомических ориентиров, а также в процессе выполнения приёмов классического массажа.

Коммуникативные:

- научить владеть навыками работы в паре или индивидуально;
- формировать умение грамотно выразить свои мысли или сформулировать вопрос, возникший в процессе теоретического освоения курса или при практическом выполнении массажа;
- формировать умение объяснять приёмы и технику выполнения конкретного приёма;
- формировать бережное и чуткое отношение к человеку (при работе в паре).

Сроки реализации программы «Основы массажа» - 1 год

Программа рассчитана на 102 часа

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы от 14-17 лет.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю.

Основные формы и методы изучения программы:

Индивидуальная	Групповая	Фронтальная
индивидуально-групповая, индивидуальное выполнение заданий, практические работы	отработка практических навыков	работа по подгруппам (по звеньям)

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия

Словесные	Наглядные	Практические	Аналитические
устное изложение	таблицы, иллюстрации		наблюдение
беседа, объяснение	показ педагогом исполнения практических отработок	практическая работа (отработка)	самоанализ выполненных работ
лекция	демонстрация наглядных пособий		самоанализ

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

1. Объяснительно-иллюстративный: восприятие, усвоение готовой информации;
2. Репродуктивный: воспроизведение полученных знаний и освоенные способами деятельности;
3. Частично-поисковый: участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

Результатами данного курса будут:

- новые дополнительные знания по биологии, анатомии, расширяющие и углубляющие базовый курс;
- умение применять полученные знания на практике, выбирать средства для решения поставленных задач, что воспитывает целеустремленность, собранность, желание помогать другим;
- профессиональная ориентация.

Формы контроля уровня достижений, обучающихся:

- анкетирование,
- тестирование
- решение ситуационных задач
- сообщения
- доклад

Типы занятий:

комбинированные, теоретические, практические.

Рабочая программа подразумевает использование таких организационных форм проведения уроков, как:

- урок «открытия» новых знаний;
- урок отработки умений и навыков;
- урок обобщения и систематизации знаний;
- практическая работа;

Занятия по используемым приемам активизации познавательного интереса и познавательной деятельности:

- практическая работа;
- лекция;

Занятия по приоритетно используемому методу обучения:

- информирующие;
- проблемное;

Виды контроля

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
По окончании изучения раздела	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности к восприятию нового материала. Повышение ответственности и	Опрос, практическая работа (отработка массажных приемов), тест, решение ситуационных задач, сообщения, доклады

	заинтересованности в обучении. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	
Промежуточный контроль		
В конце четверти, полугодия.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Опрос, практическая работа, тест, решение ситуационных задач, сообщения, доклады
Итоговый контроль		
Экзамен	Определение изменения уровня развития, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	экзамен

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов	Всего часов			Форма аттестации контроля
			теоретическое	практическое	
1.	Введение Техника безопасности	3	3	-	анкета
2.	Основы медицинской психологии, этики и деонтологии	3	3	-	опрос
3.	История возникновения и развития массажа. Современное положение массажа в жизни человека	3	3	-	
4.	Анатомия и физиология человека	6	3	3	опрос
5.	Физиологическое влияние массажа на функциональные системы организма	18	9	9	опрос
6.	Системы, методы, формы и классификация массажа	3	3	-	
7.	Гигиенические основы массажа	3	3	-	опрос
8.	Показания и противопоказания к массажу	3	3		опрос
9.	Приемы классического массажа	18	6	12	опрос, выполнение практических заданий (отработка приемов)
10	Фармакология, ароматерапия	3	3	-	
11.	Методика и техника массажа отдельных частей тела	30	9	21	опрос, выполнение практических заданий (отработка приемов)
12.	Организация мероприятий по оказанию ПДП пациентам	12	3	9	опрос
13.	Экзамен	3	1	2	
	ИТОГО:	108	52	56	

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Раздел 1. Введение

Теория: Организационные вопросы (анкетирование, формирование группы, выбора старосты). Роль массажиста в лечении больного, оздоровительных, профилактических целях. Обучающиеся знакомятся с требованиями, предъявляемыми к данной профессии, с основными обязанностями. Пути получения профессионального образования.

Техника безопасности на рабочем месте.

Раздел 2. Основы медицинской психологии, этики и деонтологии

Теория: Понятие этики и деонтологии. Медицинская психология. Понятие о морали медицинских работников. Сохранение медицинской тайны – гуманистический, профессиональный долг медицинского работника.

Раздел 3. Истории массажа

Теория: Краткие исторические данные о возникновении и развитии массажа. Массаж - спутник здоровья.

Раздел 4. Анатомия и физиология человека

Теория: Медицинская терминология. Общие сведения о строении скелета человека. Функция и топография органов человека.

Классификация костей. Вид и форма костей. Виды соединений костей. Основные анатомические ориентиры (туловище, конечности). Плоскости и оси движения. Физиология человека.

1. Скелет позвоночника.

Позвоночник, его строение, изгибы, особенности разных отделов. Обозначения отделов. Позвонок (тело, дуга, отверстия и отростки). Особенности строения позвонков шейного и грудного отделов позвоночника. Особенности строения позвонков поясничного, крестцового и копчикового отделов. Отличие позвонков разных отделов позвоночника.

2. Скелет грудной клетки. Грудная клетка. Строение грудины. Строение ребра.

Отличие в строении и функции рёбер. Грудная клетка в целом. Виды и формы грудных клеток.

3. Скелет верхних конечностей. Строение, расположение, функции костей плечевого пояса верхней конечности. Строение, расположение, функции костей свободной верхней конечности. Строение и соединение костей верхней конечности.

4. Скелет нижних конечностей. Строение, расположение, функции костей тазового пояса нижних конечностей. Строение, расположение, функции костей свободных нижних конечностей. Строение и соединение костей нижней конечности.

5. Скелет головы. Строение, расположение, функции парных костей головы. Строение, расположение, функции непарных костей головы. Строение и соединение костей головы. Возрастные изменения костей головы.

Практика: Работа с табл.

Раздел 5. Физиологическое действие массажа на функциональные системы организма

Общие сведения о сердечно-сосудистой и лимфатической системах человека. Строение и функции кровеносных сосудов. Сердце. Строение и функции большого круга кровообращения. Строение и функции малого круга кровообращения. Кровеносные сосуды отдельных анатомических областей. Лимфатическая система.

Общие сведения о нервной системе человека, кожа

Анатомо-физиологическая характеристика центральной и периферической нервной системы. Строение нейрона, рефлекторная дуга, реактивность организма. Отделы центральной нервной системы. Черепно-мозговые нервы. Спинномозговые нервы. Отделы периферической нервной системы. Органы чувств и осязания. Общие сведения о системе органов пищеварения и дыхания. Система органов пищеварения органы ротовой полости. Система органов пищеварения. Глотка, пищевод, желудок. Система органов пищеварения. Кишечник тонкий и толстый. Железы внутренней секреции. Печень, поджелудочная железа. Дыхательная система (полость носа, гортань). Дыхательная система: (трахея, бронхи). Дыхательная система: (легкие, плевра). Общие сведения о мышечной системе человека. Изучение видов мышечных тканей, классификация мышц. Изучение формы и их функции. Понятие о фасциях. Строение и формы мышц человека. Поверхностные и глубокие мышцы шеи. Поверхностные и глубокие мышцы груди. Диафрагма. Поверхностные и глубокие мышцы спины. Поверхностные и глубокие мышцы живота. Поверхностные и

глубокие мышцы верхней конечности. Поверхностные и глубокие мышцы нижней конечности. Практика: Работа с табл.

Раздел 6. Системы методы, формы и классификация массажа

Теория: По методу: классический, сегментарно-рефлекторный, соединительно-тканый, периостальный. По задачам: лечебный, спортивный, детский, оздоровительный, косметический. Практика: работа с табл.

Раздел 7. Гигиенические основы проведения массажа

Теория: Помещения и инвентарь. Требования к массажисту (контроль за движениями, одежде, правильность выполнения массажа, позы массажиста, продолжительность общего и частного массажа, внимательное отношение к пациенту). Подготовка к массажу. Схема положения пациента и показатели достаточного расслабления мышц. Массажные препараты (мази, присыпки). Курс массажа и продолжительность отдельных процедур. Понятие о единице массажа.

Раздел 8. Показания и противопоказания к массажу.

Теория: Общие показания и противопоказания к назначению массажа.

Раздел 9. Приемы классического массажа

Теория: Поглаживание, растирание, разминание, вибрация. Массажные приемы делят по их физиологическому действию: на кожу (поглаживание, растирание, ударные приемы).

На мышцы: (разминание выжимание, валиние потряхивание, встряхивание). На суставы, связки, сухожилия (движения, растирание).

Практика: отработка навыков.

Раздел 10. Фармакология, Ароматерапия

Теория: Пути введения лекарственных средств. Всасывание. Пути выведения лекарства из организма. Значение индивидуальных особенностей и состояния организма для проявления действия лекарственных средств.

Практика: работа с таблицей

Раздел 11. Методика и техника массажа отдельных частей тела

Массаж шейно-воротниковой области.

Шейно-воротниковая зона. Границы области. Анатомо-физиологические особенности области. Анатомические ориентиры. Методика и техника проведения массажа

Массаж шеи. Массаж мышц шеи. Массаж затылка. Методические указания к массажу шеи. Методика и техника проведения массажа. Массаж спины. Массаж поверхности и глубоких мышц спины. Массаж межреберных нервов. Методические указания к проведению массажа спины. Методика и техника проведения массажа

Массаж верхней конечности. Массаж пальцев, кисти, лучезапястного сустава, предплечья, локтевой сустава плеча, плечевого сустава. Массаж плечевого пояса. Методические указания по массажу верхних конечностей. Методика и техника проведения массажа. Массаж головы. Техника проведения массажа головы. Техника проведения массажа лица. Техника проведения массажа волосистой части головы. Методические указания к проведению массажа головы. Методика и техника проведения массажа Практика: отработка навыков массажа.

Раздел 12. Организация мероприятий по оказанию первой помощи пациентам

Теория: Значение первой помощи. Овладение практическими навыками, оказания неотложной помощи. Пульс – место определения, частота, ритм, техника исследования. АД - техника измерения аппаратом. Понятие о травматическом, аллергическом шоке. Понятие о травме. Ушибы и растяжения, переломы. Понятие о десмургии. Повязки, перевязки Техника наложения повязок. Обморок, неотложная помощь при нем. Инфекционная безопасность. Практика: отработка навыков

Раздел 13. Экзамен

Календарно-учебный график

№ W/ п	Месяц	Число	Время проведе ния занятий	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Вводное занятие. Ознакомление с профессией. Требования безопасности труда в кабинете. Основные правила электробезопасности, пожарной безопасности.	кабинет	анкета
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Медицинская этика, деонтология	кабинет	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	История возникновения и развития массажа. Современное положение массажа в жизни человека	кабинет	
				Урок освоения новых знаний знаний Групповая	3	Анатомия человека	кабинет	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Физиология человека	кабине	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Анатомо- физиологические особенности человека	кабине	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Физиологическое влияние массажа на организм человека . Внутренние органы и общий обмен веществ	кабинет	опрос
				Урок проверки полученн ых знаний Групповая	3	Воздействие массажа на нервную систему	кабинет	опрос
				Урок проверки полученн ых знаний	3	Воздействие массажа на опорно- двигательный аппарат	кабинет	опрос

				Групповая				
				Урок проверки полученных знаний Групповая	3	Воздействие массажа на кожу и подкожно-жировую клетчатку	кабинет	опрос
				Урок проверки полученных знаний Групповая	3	Воздействие массажа на кровеносную и лимфатическую системы	кабинет	опрос,
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Системы, методы массажа. Формы массажа, классификация массажа	кабинет	
				Урок освоения новых знаний Групповая	2	Требования к массажному кабинету Основы гигиены и санитарии. Дезинфекция	кабинет	
				Урок освоения новых знаний Групповая	1	Требования, предъявляемые к массажисту и массируемому	кабинет	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	2	Относительные противопоказания.		опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	1	Абсолютные противопоказания	кабинет	опрос
				Урок освоения новых знаний индивидуальная	3	Поглаживание. Методика выполнения приема поглаживания. Техника выполнения приема поглаживания	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний индивидуальная	3	Растирание. Методика выполнения приема растирания. Техника выполнения приема растирания	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний индивидуальная	3	Разминание. Методика выполнения приема разминания. Техника выполнения приема разминания	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения	3	Вибрация. Методика выполнения	кабинет	Текущий, контроль

				новых знаний индивиду альная		приема вибрации. Техника выполнения приема вибрации.		выполнения работы
				Урок проверки полученн ых знаний Индивиду альная, групповая	3	Активные и пассивные движения	кабинет	контроль выполнения практической работы
				Урок проверки полученн ых знаний Индивиду альная, групповая	3	Отработка приемов	кабинет	контроль выполнения практической работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Введение в фармакологию, ароматерапию. Принципы классификации лекарственных средств	кабинет	
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Массаж спины: анатомия области массажа	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Техника и методика массажа спины	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Массаж воротниковой зоны.	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Методика проведения массажа Техника проведения массажа	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Массаж головы -основные мышечные группы	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Методика, техника проведения массажа	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы

				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Массаж шеи: мышцы шеи	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Методика проведения массажа Техника проведения массажа	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Массаж верхних конечностей Основные мышечные группы	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Методика проведения массажа Техника проведения массажа	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Обморок, АД	кабинет	опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	6	Ушибы, растяжения, переломы	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы, опрос
				Урок освоения новых знаний Групповая	3	Десмургия, техника наложения повязок	кабинет	Текущий, контроль выполнения работы, опрос
					3	Экзамен	кабинет	

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы предполагает наличие учебного кабинета «Массаж»

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета «Массаж»:

- рабочее место педагога
- рабочие места обучающихся,
- медицинская кушетка
- массажеры
- тренажер для занятий по ЛФК
- стенды, плакаты
- муляжи для практических работ

Информационные ресурсы:

- массаж и ароматерапия
- энциклопедия массажа
- самоучитель лечебного массажа
- инструкционные карты по темам,

Список литературы

Основная литература:

1. Васичкин В.В. « Классический массаж», С-П, 2002 год
2. Конева Л.С. Самоучитель. « Как правильно сделать массаж» Минск, 2003 год
3. Хэрролд Ф. « Массаж тела» Москва, 2008 год
4. Гаролд Ф. Массаж – карточки
5. Алексеус А.К. « Основы лечебного массажа», Минск , 2004 год
6. Матвеев В.В. « Первая медицинская помощь» , Москва , 2000 год
6. Черясова И.А. « Как снять боль», Москва, 2008 год.
7. Шахович В.Н. « Анатомия, физиология и гигиена человека», Минск, 2004 год
8. Ренева Н.Б., Сонин Н.И.» Биология. Человек» Москва, 2005 год
9. Зыкина О.В.» Оздоровительный массаж», Москва 2004 год.

Дополнительная литература

1. Вербов А.Ф. « Лечебный массаж», С-П, 2005 г.
2. Дубровский В.И. Все виды массажа. – М.: Молодая гвардия, 2009. - 430 Васичкин И.В. « Методика лечебного массажа», Москва , 2002 г.
3. Сыромятникова М.С, Брукман М.С. « Хирургический практикум», Ростов на Дону, 2002г.
4. Танкова- Ямпольская Т.Я, Черток Т. Я, Алферова И.Н.» Основы медицинских знаний», Москва 2004 г.
5. Ужегов Генрих « Справочник по уходу за больными», Москва, 2006 год

Литература для учащихся:

1. Васичкин И.В. « Справочник по массажу», Москва, .2004 г.
2. Цузрир Г.Н. « Анатомия, биология человека»
3. Федоров Д.А. « Большая медицинская энциклопедия», Москва, 202 г.

Интернет ресурсы

1. <http://centr-molodosti.ru/kak-pravilno-delat-klassicheskij-massazh-texnika-priemy-i-osnovnye-vidy-massazha.html> - классический массаж — техника, приемы и основные виды массажа
2. <https://ok.ru/video/8579253508> - Общий классический массаж всего тела. Техника и методика общего массажа
3. <https://my.mail.ru/mail/svv-home/video/28881/28928.html> - Видео урок массажа. Классический массаж спины
4. <http://presentway.com/massazh-spiny-kak-delat-prosto-pravilno/> - Массаж спины как делать просто и правильно
5. http://www.kid.ru/massaz/part_05.php3 - приемы и техника проведения классического массажа
6. <http://hochumassazh.ru/klassicheskij-massazh-spiny-v-domashnih-usloviyah.html> - Как делать массаж спины в домашних условиях

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323345818813549925348293945354967287176906039452

Владелец Скворцова Елена Леонидовна

Действителен с 09.11.2023 по 08.11.2024