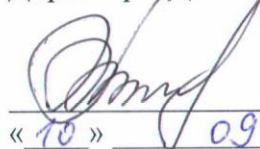


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
СЕВЕРНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ЦДПО



Л.Г. Эмке

« 10 » 09 2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по развитию регионального
здравоохранения и дополнительному
профессиональному образованию

М.Г. Дьячкова

« ____ » ____ 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Основы классического массажа»

(трудоемкость 144 часа, очно-заочная форма обучения)

Программа разработана к.м.н., доцентом, деканом факультета сестринского образования,
доцентом кафедры пропедевтики детских болезней и поликлинической педиатрии
В.А. Плаксиным

(ученая степень, звание, должность, Ф.И.О. разработчика)

**Архангельск
2026 г.**

Программа рассмотрена на заседании методической комиссии ЦДПО
«10» сентября 2026 г., протокол № 2

Программа утверждена решением ученого совета СГМУ
«_____» _____ 20__ г., протокол № _____

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

ЦДПО – центр дополнительного профессионального образования

Программа – дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

СОДЕРЖАНИЕ

1. СОСТАВ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ И КОНСУЛЬТАНТОВ ПО РАЗРАБОТКЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....	5
2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	6
3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ МОДУЛЕЙ.....	7
4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	10
6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	12
7. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ К ПРОГРАММЕ.....	15
Приложение 1 к программе	16

1. СОСТАВ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ И КОНСУЛЬТАНТОВ ПО РАЗРАБОТКЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

«Основы классического массажа»

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, звание	Занимаемая должность	Место работы
1	Плаксин Владимир Александрович	К.м.н., доцент	Декан факультета сестринского образования	ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России
По методическим вопросам				
1	Пригало Ирина Владимировна		Заведующий учебно- методическим отделом ЦДПО	ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Общая характеристика программы:

- Актуальность
- Мы живем в эпоху, когда забота о теле стала не просто трендом, а насущной необходимостью. Малоподвижный образ жизни, постоянный стресс и желание сохранить здоровье и молодость привели к настоящему буму в индустрии wellness.
- За последний год количество спа-салонов и массажных студий в России выросло на 10,4% — до 22 015 компаний. Этот бурный рост создает колоссальный спрос на квалифицированных специалистов. Он подтверждается и цифрами: за год количество вакансий для массажистов увеличилось на 99%. Эта профессия стала самой популярной для обучения в первой половине 2025 года, обогнав даже косметологов
- Цель реализации программы - обучение техническим приемам классического массажа
- Принципы построения программы – программа построена по модульному принципу
- Формы учебного процесса и виды учебных занятий
- Трудоемкость – 144 часа
- Форма обучения - очно-заочная
- Режим занятий (количество часов в день/неделю)
- Формы контроля знаний

2.2. Требования к уровню подготовки обучающихся (при наличии), категория обучающихся.

На обучение по программе могут быть зачислены лица, желающие получить навыки массажа, без требований к уровню образования.

2.3. Требования к результатам освоения программы

Цель (планируемые результаты обучения) программы «Основы классического массажа»
В процессе обучения решаются следующие задачи:

- Изучение показаний и противопоказаний: умение определять состояния, при которых массаж необходим (например, мышечные зажимы, реабилитация после травм), а также строгие запреты (острые воспалительные процессы, онкология, кожные заболевания в зоне воздействия).
- Понимание эргономики: обучение правильной рабочей позе, технике дыхания во время процедуры и методам мышечной релаксации самого массажиста для предотвращения профессиональных заболеваний спины и рук.
- Освоение технических приемов
- Развитие сенсорных навыков (проприоцепции)
- Соблюдение протоколов и этика
- Обучение самомассажу и домашним рекомендациям

3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ МОДУЛЕЙ

МОДУЛЬ 1.

Вводный модуль (название)

Индекс	Наименование разделов, тем, элементов и т.д.
1.1.	Правовые основы и правовые границы применения медицинского массажа и немедицинского массажа
1.2	Методика сбора запроса у клиентов Методы физикального обследования (осмотр, пальпация, определение объемов активных и пассивных движений в суставе).
1.3	Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека Методы оценки общего объективного и субъективного состояния клиента перед процедурой массажа
1.4	Показания и противопоказания к проведению массажа. Правила построения процедуры и курса массажа. Приемы массажа, их физиологическое действие

МОДУЛЬ 2.

Выполнение массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста клиента и контроль его эффективности (название дисциплины / модуля)

Индекс	Наименование разделов, тем, элементов и т.д.
2.1	Санитарно-гигиенические требования к работе массажиста и кабинету массажа. Стандарт оснащения.
2.2	Косметические средства для наружного применения, разрешенные к применению, регламентированные условия их хранения, правила применения
2.3	Этика, психология профессионального общения.
2.4	Основы топографической анатомии, физиологии и биомеханики человека.
2.5	Способы дозирования массажа с учетом функционального состояния клиента, анатомо-физиологических, индивидуальных психофизических особенностей, возраста
2.6	Физиологическое влияние различных видов массажа на области и системы организма человека.
2.7	Техники проведения массажа
2.8	Частные и общие рефлекторные ответные реакции на массажное воздействие, варианты индивидуальной реактивности организма человека.
2.9	Возможные нежелательные ответные рефлекторные реакции организма человека на массаж и способы их устранения.
2.10	Порядок динамического наблюдения за состоянием клиента во время процедуры массажа.
2.11	Критерии оценки эффективности проведенного массажа

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ «Основы классического массажа»

Категория слушателей

Срок обучения

Форма обучения

Режим занятий

Индекс	Наименование дисциплин (модулей)	Всего часов	Виды учебных занятий				Форма контроля
			лекции	практич. занятия, семинары	Самостоятельная работа (при наличии)	Другие виды занятий (при наличии)	
1	Вводный модуль	24	12	6		6	
2	Выполнение массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста клиента и контроль его эффективности	114	18	42		54	
	Итоговая аттестация	6					
	Всего	144	30		48	60	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Индекс	Наименование дисциплин (модулей), разделов, тем	Всего часов	Виды учебных занятий				Форма контроля
			лекции	практические занятия	Самостоятельная работа (при наличии)	ОСК	
1	Вводный модуль	24	12	6		6	
1.1.	Правовые основы и правовые границы применения медицинского массажа и немедицинского массажа	6	6				
1.2	Методика сбора запроса у клиентов Методы физикального обследования (осмотр, пальпация, определение объемов	6	3				

	активных и пассивных движений в суставе).						
1.3	Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека Методы оценки общего объективного и субъективного состояния клиента перед процедурой массажа	6	3			6	
1.4	Показания и противопоказания к проведению массажа. Правила построения процедуры и курса массажа. Приемы массажа, их физиологическое действие	6		6			
2	Выполнение массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста клиента и контроль его эффективности	114	18	42		54	
2.1	Санитарно-гигиенические требования к работе массажиста и кабинету массажа. Стандарт оснащения.	6	2	2		2	
2.2	Косметические средства для наружного применения, разрешенные к применению, регламентированные условия их хранения, правила применения	6	2	2		2	
2.3	Этика, психология профессионального общения.	2	2				
2.4	Основы топографической анатомии, физиологии и биомеханики человека.	6	2	4			
2.5	Способы дозирования массажа с учетом функционального состояния клиента, анатомо-физиологических, индивидуальных психофизических особенностей, возраста	6	2	4			
2.6	Физиологическое влияние различных	4	2	2			

	видов массажа на области и системы организма человека.						
2.7	Техники проведения массажа	48		4		44	
2.8	Частные и общие рефлекторные ответные реакции на массажное воздействие, варианты индивидуальной реактивности организма человека.	18	2	10		6	
2.9	Возможные нежелательные ответные рефлекторные реакции организма человека на массаж и способы их устранения.	6		6			
2.10	Порядок динамического наблюдения за состоянием клиента во время процедуры массажа.	6	2	4			
2.11	Критерии оценки эффективности проведенного массажа	6	2	4			
	Итоговая аттестация	6					
Всего	144	30		48		60	

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения программы включает промежуточную (по отдельным модулям – при наличии) и итоговую аттестацию обучающихся.

Оценивание качества освоения программы осуществляется по двухбалльной системе (зачтено/не зачтено) или четырехбалльной системе (отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно)¹.

Приводятся конкретные формы и процедуры промежуточного (при наличии) и итогового контроля знаний, умений и навыков обучающихся.

Порядок проведения аттестации

Промежуточная аттестация проводится по окончании освоения следующих модулей²:

1 модуль – тестирование, собеседование

2 модуль – собеседование, демонстрация практического навыка

¹ Выбрать необходимое

² Прописать форму промежуточной аттестации по тем модулям, по которым предусмотрена промежуточная аттестация

Итоговая аттестация включает в себя последовательность этапов³:

- тестирование,
- решение ситуационной задачи,
- выполнение практического задания

³ Прописать этапы итоговой аттестации

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

6.1. МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В данном разделе приводится перечень:

- оборудованных аудиторий, лабораторий (указывается используемое оборудование), обеспечивающих проведение всех предусмотренных программой видов занятий, включая практику;
- аудиовизуальных, технических и компьютерных средств обучения (указываются используемые средства);
- наглядных пособий (указываются конкретные наглядные пособия);
- другое используемое оборудование.

Адрес	Аудитория
163000, г. Архангельск, просп. Троицкий, д. 51 № 2437	Компьютерный класс (11 посадочных мест) с оборудованием: компьютер – 11 мультимедиапроектор – 1
163001 г. Архангельск, пр. Троицкий, д. 180 № 215 № 213 № 232	Учебные практикумы ФСО с оборудованием: Компьютер-3 Кровать функциональная трехсекционная на колесах-2 Кушетка медицинская смотровая - 2 Манекен для обучения уходу за пациентом - 6 Манекен д/обучения уходу за пациентом и BLS-3 Тренажер ANNA с модулем Skil Reporter-1 Манекен по уходу – 2 Манекен детский – 4 Кушетки массажные – 4 шт передвижные манипуляционные столики шкафы медицинские шкафы для хранения документации тумбочка прикроватная стол преподавателя стул для преподавателя столы для студентов стулья для студентов доска настенная стол для внутривенного вливания

6.2. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Ф.И.О. преподавателя, реализующего программу	Перечень модулей	Ученая степень, ученое звание (при наличии)	Основное место работы, должность	Количество часов
	Плаксин Владимир Александрович	1,2	К.м.н., доцент	ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России, декан ФСО, доцент кафедры пропедевтики детских болезней и поликлинической	

				педиатрии, ГБУЗ АО для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детей с ограниченными возможностями здоровья «Архангельский центр помощи детям «Лучик», врач-педиатр	
	Татарченко Любовь Николаевна	1,2		ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России, преподаватель отделения СПО	
	Костина Ольга Анатольевна	1,2		ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России, преподаватель отделения СПО	
	Кулавская Наталья Анатольевна	1,2		ФГБОУ ВО СГМУ (г. Архангельск) Минздрава России, ассистент кафедры клинического моделирования и манипуляционных навыков	

6.3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература⁴:

1.	Епифанов, В. А. Массаж. Атлас-справочник. Диагностика, лечение, профилактика / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов, И. И. Глазкова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 432 с. - ISBN 978-5-9704-5452-7. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970454527.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа : по подписке.
2.	Ерёмушкин, М. А. Медицинский массаж. Базовый курс : классическая техника массажа : учебное пособие / М. А. Ерёмушкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 200 с. - ISBN 978-5-9704-9455-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970494554.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа : по подписке.
3.	Усакова, Н. А. Точечный массаж для начинающих / Усакова Нина Андреевна - Москва : Спорт, 2018. - 112 с. - ISBN 978-5-9500182-2-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018220.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа : по подписке.
4.	Анатомия и физиология человека. Иллюстрированный учебник / под ред. И. В. Гайворонского. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 672 с. - ISBN 978-5-9704-9967-2.

⁴ Основная учебная литература включает учебные издания (учебники, учебные пособия), научные издания (монографии), национальные руководства, стандарты, клинические рекомендации, изданные за последние 5-10 лет, освещающие содержание всех разделов образовательной программы. Важным требованием является реальная доступность литературы для обучающихся.

- Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970499672.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа : по подписке.
--

Дополнительная литература⁵:

1.	Массаж в медицинской реабилитации. Иллюстрированное учебное пособие. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. — 368 с. — ISBN 978-5-9704-6405-2. — Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970464052.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа: по подписке. — Текст: электронный
2.	Матвеев, С. В. Массаж в детском возрасте / Матвеев С. В. , Потапчук А. А. , Дидур М. Д. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 368 с. - ISBN 978-5-9704-6481-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970464816.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа : по подписке.
3.	Еремушкин, М. А. Медицинский массаж: квалификационные тесты, клинические задачи, практические навыки : учебное пособие / М. А. Еремушкин. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. — 136 с. — ISBN 978-5-9704-7823-3, DOI: 10.33029/9704-5529-6-MAS-2020-1-136. — Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970478233.html (дата обращения: 08.09.2026). - Режим доступа: по подписке. — Текст: электронный

Интернет-ресурсы:

Электронные образовательные и информационные ресурсы, информационные справочные системы, современные профессиональные базы данных

Электронная библиотека СГМУ	http://nsmu.ru/lib/ Доступ по паролю, предоставленному библиотекой
ЭБС "Консультант студента" ВПО, СПО. Комплекты: Медицина. Здравоохранение. Гуманитарные и социальные науки. Естественные науки	http://www.studentlibrary.ru/ http://www.studmedlib.ru/ http://www.medcollegelib.ru/ Доступ активируется через регистрацию на любом компьютере университета.
ЭБС «Консультант врача»	http://www.rosmedlib.ru Доступ по паролю, предоставленному библиотекой.
НЭБ - Национальная электронная библиотека	http://нэб.рф Имеются ресурсы открытого доступа
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	http://www.elibrary.ru Открытый ресурс
Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	http://feml.scsml.rssi.ru Открытый ресурс. Доступны клинические рекомендации (протоколы лечения).

⁵ Дополнительная учебная литература содержит дополнительный материал к разделам и темам программы.

Университетская информационная система «Россия» (УИС Россия).	uisrussia.msu.ru Доступ с компьютеров университета
Министерство здравоохранения РФ. Банк документов	https://www.rosminzdrav.ru/ Открытый ресурс
Всемирная организация здравоохранения	https://www.who.int/ru Открытый ресурс
Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»	http://window.edu.ru/ Открытый ресурс
Гарант.ru Информационно-правовой портал	http://www.garant.ru/ Ограниченный доступ
Правовая система «КонсультантПлюс»	http://www.consultant.ru/ Доступ предоставляется в зале электронной информации библиотеки (ауд. 2317)
Официальный интернет-портал правовой информации	http://pravo.gov.ru/ Открытый ресурс
Электронная коллекция медицинских учебников издательства «Thieme».	http://medone-education.thieme.com/ Доступ с компьютеров университета по паролю
Polpred.com. Обзор СМИ.	Polpred.com Обзор СМИ Доступ с компьютеров университета. Удаленный доступ – через личную регистрацию на компьютерах университета

7. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ К ПРОГРАММЕ

Год _____

Название раздела программы	Вносимые изменения

Изменения к программе утверждены на заседании кафедры

«_____» _____ 20__ г., протокол № _____

Заведующий кафедрой _____ / _____ /

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

7.1. Порядок проведения аттестации

Промежуточная аттестация проводится по окончании освоения следующих модулей⁶:

1 модуль – тестирование, собеседование

2 модуль – собеседование, демонстрация практического навыка

Итоговая аттестация включает в себя последовательность этапов⁷:

- тестирование,

- решение ситуационной задачи,

- выполнение практического задания

7.2. Типовые оценочные средства⁸

Модуль 1:

Типовые тестовые задания:

1. Какова главная цель первичного обследования пациента перед назначением курса медицинского массажа? А) Определение стоимости процедуры. Б) Выявление показаний и противопоказаний, а также выбор адекватной методики воздействия. В) Измерение артериального давления только для записи в карту. Г) Выбор времени посещения клиники. *Правильный ответ: Б.*

2. Что является первым этапом сбора анамнеза при обследовании пациента массажистом? А) Пальпация паравerteбральных точек. Б) Опрос пациента о жалобах, истории развития заболевания (анамнез болезни) и условиях жизни (анамнез жизни). В) Проверка рефлексов неврологическим молоточком. Г) Оценка тургора кожи. *Правильный ответ: Б.*

3. При выявлении у пациента повышенной температуры тела (лихорадки), гнойничковых заболеваний кожи или острой фазы травмы, каков алгоритм действий специалиста? А) Провести щадящий массаж данной области. Б) Отложить процедуру до устранения острого состояния, так как это абсолютные противопоказания к классическому массажу. В) Применить только аппаратный массаж. Г) Увеличить интенсивность приемов для снятия воспаления. *Правильный ответ: Б.*

4. Какой метод физикального исследования используется для оценки тонуса мышц, выявления уплотнений (триггерных точек) и отечности тканей? А) Перкуссия. Б) Аускультация. В) Пальпация. Г) Термометрия. *Правильный ответ: В.*

5. Что включает в себя оценка объективного статуса пациента в контексте подготовки к массажу? А) Только визуальный осмотр кожных покровов. Б) Осмотр, пальпацию, оценку объема активных и пассивных движений в суставах, проверку мышечной силы и симметричности опорно-двигательного аппарата. В) Изучение

⁶ Прописать форму промежуточной аттестации по тем модулям, по которым предусмотрена промежуточная аттестация

⁷ Прописать этапы итоговой аттестации

⁸ Представить типовые оценочные средства по модулям и для итоговой аттестации

медицинской литературы по диагнозу пациента. Г) Беседа с родственниками пациента.
Правильный ответ: Б.

6. Согласно профессиональным стандартам деятельности среднего медперсонала в области массажа, какой код имеет трудовая функция «Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа»? А) А/01.5. Б) А/02.5. В) А/03.5. Г) А/04.5. *Правильный ответ: А.*

7. Какое функциональное состояние организма обязательно оценивается специалистом для определения реактивности пациента на нагрузку? А) Состояние пищеварительной системы. Б) Функциональное состояние центральной и вегетативной нервной системы. В) Группа крови и резус-фактор. Г) Цвет волос и глаз. *Правильный ответ: Б.*

8. Что необходимо сделать специалисту, если в ходе осмотра обнаружены участки поврежденной, инфицированной или измененной кожной ткани в зоне предполагаемого массажа? А) Провести массаж вокруг этой зоны без изменения плана. Б) Исключить данную область из массируемой зоны и пересмотреть методику. В) Использовать более интенсивное растирание для заживления. Г) Нанести согревающую мазь и продолжить по плану. *Правильный ответ: Б.*

Вопросы для собеседования

- **Вопрос:** Какие документы вы обязаны изучить перед началом осмотра пациента, даже если у него есть устное направление от врача?
 - *Ожидаемый ответ:* Выписки из медицинской карты (форма 027/у), рентгеновские снимки, заключения МРТ/КТ, результаты анализов, выписки о сопутствующих заболеваниях.
- **Вопрос:** О чем в первую очередь вы спросите пациента при сборе жалоб? Приведите пример наводящего вопроса при подозрении на корешковый синдром.
 - *Ожидаемый ответ:* Локализация боли, ее характер (острая, ноющая, жгучая), иррадиация, время возникновения. Пример: «Усиливается ли боль в пояснице при кашле или натуживании?»
- **Вопрос:** Какую информацию об образе жизни пациента необходимо выяснить для корректировки интенсивности массажного воздействия?
 - *Ожидаемый ответ:* Характер трудовой деятельности (сидячая/физическая работа), уровень физической активности, наличие вредных привычек, режим сна.
- **Вопрос:** Опишите алгоритм визуального осмотра пациента в положении стоя. На что именно вы смотрите со стороны спины?
 - *Ожидаемый ответ:* Оценка симметричности надплечий, углов лопаток, треугольников талии, положения таза. Выявление сколиотических деформаций, усиленного грудного кифоза или сглаженности поясничного лордоза.
- **Вопрос:** При осмотре кожных покровов вы обнаружили участки гиперемии (покраснения) с четкими границами и локальное повышение температуры. Ваши действия?
 - *Ожидаемый ответ:* Это признаки острого воспалительного процесса. Массаж данной зоны категорически противопоказан до консультации с лечащим врачом и снятия острой фазы.
- **Вопрос:** Что такое «треугольники талии» и их асимметрия говорит специалисту?

- *Ожидаемый ответ:* Свободные промежутки между туловищем и свободно опущенной рукой. Асимметрия указывает на наличие торсии (скручивания) позвоночника и мышечного дисбаланса.

Модуль 2:

Типовые тестовые задания:

1. Как изменяется техника выполнения классического массажа при работе с пациентами пожилого и старческого возраста? А) Увеличивается сила давления и продолжительность разминания для преодоления тугоподвижности. Б) Исключаются ударные приемы (поколачивание, рубление), снижается интенсивность воздействия, увеличивается количество седативных приемов из-за хрупкости сосудов и остеопороза. В) Применяются только аппаратные методики без ручного контакта. Г) Время процедуры сокращается до 5–7 минут без учета состояния тканей. *Правильный ответ: Б.*

2. При проведении массажа ребенку дошкольного возраста (3–6 лет) какое физиологическое ограничение необходимо учитывать в первую очередь? А) Неполное окостенение эпифизов костей и незавершенность формирования мышечного корсета, что требует исключения грубых мануальных техник и глубокого давления на позвоночник. Б) Отсутствие подкожно-жировой клетчатки. В) Повышенную чувствительность нервных окончаний к эфирным маслам. Г) Высокую скорость метаболизма, требующую процедур длительностью более часа. *Правильный ответ: А.*

3. Пациент-спортсмен обратился в период интенсивных тренировок (предсоревновательный этап). Какова главная задача массажиста в этот период? А) Максимальное расслабление всех групп мышц и глубокая седация нервной системы. Б) Поддержание тонуса, профилактика микротравм, использование тонизирующих методик без доведения спортсмена до утомления. В) Проведение жесткого реабилитационного массажа с проработкой триггерных точек до сильной боли. Г) Отказ от массажа во избежание выведения молочной кислоты. *Правильный ответ: Б.*

4. Какой объективный критерий является наиболее достоверным показателем эффективности курса массажа при лечении сколиоза I–II степени у подростка? А) Субъективные ощущения легкости в спине после первого сеанса. Б) Динамика данных рентгенографии или оптической топографии позвоночника, измерение угла искривления, а также изменение показателей мышечной силы симметричных групп. В) Изменение массы тела пациента. Г) Цвет кожных покровов спины сразу после процедуры. *Правильный ответ: Б.*

5. В середине курса лечебного массажа (5-я процедура из 10 запланированных) у пациента наблюдается временное обострение болевого синдрома и усиление отечности. Как это трактуется и каковы действия специалиста? А) Это признак неэффективности лечения, курс следует немедленно прекратить. Б) Это саногенетическая реакция («лечение через обострение»). Необходимо снизить интенсивность приемов, увеличить лимфодренажную составляющую и проконсультироваться с лечащим врачом. В) Нужно применить максимально болезненные приемы глубокой проработки, чтобы

«разбить» отек. Г) Игнорировать жалобы пациента, так как боль — обязательная часть процесса. *Правильный ответ: Б.*

6. Для контроля адекватности дозировки нагрузки при массаже сердечно-сосудистой системы используется мониторинг ЧСС. На сколько ударов в минуту допустимо повышение пульса относительно исходного уровня к концу процедуры общеукрепляющего массажа? А) Не более чем на 5–10 уд/мин. Б) На 15–20 уд/мин. Превышение этого порога свидетельствует о чрезмерной нагрузке на вегетативную нервную систему. В) Пульс должен участиться вдвое. Г) Пульс не должен меняться вообще. *Правильный ответ: Б.*

7. Чем отличается методика массажа при гипотонусе мышц (после длительного постельного режима) от методики при гипертонусе (мышечно-тоническом синдроме)? А) При гипотонусе преобладают глубокие разминание и прерывистая вибрация для стимуляции; при гипертонусе — поверхностное поглаживание и непрерывная вибрация для торможения. Б) Методика идентична в обоих случаях. В) При гипотонусе используются только холодные аппликации, при гипертонусе — тепловые. Г) При гипотонусе исключаются все приемы растирания. *Правильный ответ: А.*

8. Каким образом оценивается состояние микроциркуляции кожи для контроля эффективности дренажного массажа нижних конечностей? А) По времени исчезновения белого пятна после кратковременного надавливания пальцем на переднюю поверхность голени (в норме — восстановление цвета происходит за 1–2 секунды). Б) По наличию волосяного покрова на коже. В) По температуре воздуха в кабинете. Г) По субъективному желанию пациента надеть теплые носки. *Правильный ответ: А.*

Типовые практические задания:

- **Вопрос:** В какой последовательности проводится пальпаторное обследование мышц? С чего начинается и чем заканчивается глубокая скользящая пальпация?
 - *Ожидаемый ответ:* Начинается с поверхностной оценки кожи и подкожно-жировой клетчатки, затем оценивается тонус поверхностных мышц, и только потом — глубоких. Заканчивается оценкой состояния тканей конечностей и стоп.
- **Вопрос:** Как отличить при пальпации гипертоничную (спазмированную) мышцу от мышцы в состоянии гипотонуса (атрофии)?
 - *Ожидаемый ответ:* Гипертонус ощущается как плотный, болезненный тяж или валик, мышца укорочена. Гипотонус — дряблая, тестообразная ткань, мышца истончена и удлинена.
- **Вопрос:** Для чего проводятся пассивные движения в суставах (наклоны, ротация) во время первичного приема?
 - *Ожидаемый ответ:* Для определения объема активных и пассивных движений, выявления блокад в позвоночных двигательных сегментах и болевых паттернов движения.
- **Вопрос:** Как проверить состояние паравerteбральных мышц без прямого давления на остистые отростки?
 - *Ожидаемый ответ:* Легким боковым давлением или прокатыванием пальцев вдоль позвоночника, отступив на 2–3 см от центральной линии.
- **Вопрос:** Пациент жалуется на головную боль напряжения, АД 160/100 мм рт. ст., пульс 95 уд/мин. Является ли это абсолютным противопоказанием?

- *Ожидаемый ответ:* Нет, но требуется коррекция плана. Исключаются стимулирующие приемы (глубокое разминание воротниковой зоны). Применяется седативная методика, воздействие на синокаротидную зону (по назначению врача), массаж нижних конечностей для депонирования крови.
- **Вопрос:** Назовите три абсолютных противопоказания к проведению классического медицинского массажа.
 - *Ожидаемый ответ:* Злокачественные новообразования любой локализации, острые инфекционные заболевания и лихорадочные состояния, гнойные процессы любой локализации, кровотечения и склонность к ним, болезни крови, тяжелые нарушения целостности кожных покровов.
- **Вопрос:** Чем будет отличаться методика массажа для пациента-спортсмена в период набора формы и для пожилого пациента с остеопорозом?
 - *Ожидаемый ответ:* Спортсмену показан более глубокий, тонизирующий и силовой массаж для подготовки мышц. Пожилому пациенту с остеопорозом — максимально щадящий, седативный массаж, исключая любые ударные приемы (рубление, поколачивание) и грубые манипуляции с суставами.
- **Вопрос:** Как клинические особенности диагноза влияют на длительность курса и частоту сеансов?
 - *Ожидаемый ответ:* При острых состояниях (например, неврит в начальной стадии) процедуры короткие (15–20 минут), частые, но неинтенсивные. При хронических процессах курс длиннее (15–20 процедур), сеансы могут быть продолжительнее (до 40–60 минут).

Итоговая аттестация:

Типовые тестовые задания:

Вопрос 1: По назначению виды массажа подразделяются на: А) Общий и местный. Б) Ручной и аппаратный. В) *Лечебный, спортивный, гигиенический (профилактический), косметический.* Г) Сухой и с применением смазывающих средств.

Вопрос 2: Что является абсолютным противопоказанием к проведению классического медицинского массажа? А) Хронический гастрит в стадии ремиссии. Б) Доброкачественная липома спины вне зоны массажа. В) *Острый лихорадочный процесс (температура тела выше 38°C).* Г) Синдром хронической усталости.

Вопрос 3: При наличии у пациента значительного варикозного расширения вен нижних конечностей массаж данной области: А) Проводится глубоким разминанием для улучшения оттока крови. Б) Проводится только по ходу лимфотока без учета венозного рисунка. В) *Категорически запрещен из-за риска тромбоэмболии.* Г) Заменяется баночным массажем.

Вопрос 4: «Баночный массаж» классифицируется как разновидность: А) Вибромассажа. Б) Электромассажа. В) *Вакуум-массажа (баромассажа).* Г) Гидромассажа.

Вопрос 5: Какой прием классического массажа обладает наиболее выраженным седативным (тормозным) действием на центральную нервную систему? А) Глубокое прерывистое разминание. Б) Поколачивание (рубление). В) *Поверхностное плоскостное поглаживание и непрерывная вибрация низкой частоты.* Г) Выжимание.

Вопрос 6: Как изменяется частота сердечных сокращений (ЧСС) при правильно выполненном успокаивающем массаже? А) Увеличивается на 20–30 ударов в минуту. Б) Не меняется. В) Замедляется (брадикардия). Г) Становится аритмичной.

Вопрос 7: Основной физиологический эффект приема «разминание» заключается в: А) Улучшении скольжения рук по коже. Б) *Повышении рефлекторной возбудимости мышц, улучшении их сократительной функции и эластичности.* В) Снижении артериального давления за счет раздражения барорецепторов. Г) Удалении ороговевшего эпителия.

Вопрос 8: Методика ИМАЗ (избирательный массаж артикуляционных зон) применяется в комплексной терапии при: А) Переломах трубчатых костей. Б) *Бронхиальной астме (для отхождения мокроты).* В) Катаракте. Г) Ожирении I степени.

Вопрос 9: При лечении вялого (периферического) паралича основными задачами массажа являются борьба с атонией и атрофией. Какие приемы здесь приоритетны? А) Легкое поверхностное поглаживание вокруг пораженной мышцы. Б) *Глубокое, стимулирующее разминание, щипцеобразное разминание и продольное валяние пораженных мышечных групп.* В) Длительная стабильная вибрация. Г) Только пассивные движения в суставах.

Вопрос 10: При артериальной гипертензии (гипертонической болезни I–II стадии) назначается массаж: А) Нижних конечностей по отсасывающей методике. Б) Пояснично-крестцовой области интенсивным способом. В) *Воротниковой зоны (по Щербакову) и волосистой части головы.* Г) Брюшного пресса на высоте вдоха.

Типовые практические задания:

Задание 1. Клиническая задача: Массаж при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника

Условие: Пациент К., 45 лет. Диагноз: Хроническая люмбалгия на фоне остеохондроза L3-S1, ремиссия. Умеренное напряжение паравerteбральных мышц, ограничение наклона вперед из-за боли. **Задание:** Продемонстрируйте методику массажа пояснично-крестцовой области с целью снятия мышечного гипертонуса и уменьшения болевого синдрома.

- **Оценка действий:**

- Соблюдение правил эргономики (высота кушетки, положение своего тела).
- Правильная укладка пациента (лежа на животе, валик под голеностопами).
- Последовательность выполнения:
 - Плавное вступление — поверхностное плоскостное поглаживание всей спины (2–3 минуты).
 - Растирание поясничной области основанием ладони, пиление («пересекание») до появления легкой гиперемии.
 - Глубокое поперечное разминание длинных мышц спины (симметрично с двух сторон от позвоночника), исключая давление на остистые отростки.
 - Специальный прием — сдвигание и растяжение поясничного фасциального апоневроза.
 - Завершение — глубокое поглаживание.
- Время выполнения: 10–15 минут.

Задание 2. Клиническая задача: Сегментарно-рефлекторный массаж при хроническом бронхите

Условие: Пациент Ш., 60 лет. Диагноз: Хронический необструктивный бронхит. Жалобы на трудноотделяемую мокроту, кашель. **Задание:** Выполните процедуру массажа грудной клетки по сегментарно-рефлекторной методике.

- **Оценка действий:**
 - Учет статуса пациента (наличие одышки, исключение ударных приемов).
 - Воздействие на зоны иннервации (паравerteбральные зоны Th3-Th9, область лопаток, межреберные промежутки).
 - Техническое исполнение:
 - Прием «пила» вдоль позвоночника.
 - Разминание межреберных промежутков граблеобразными движениями.
 - Приемы, направленные на дренаж (растяжение грудной клетки на вдохе, сдавление на выдохе).
 - Избирательный массаж над- и подключичных зон.
 - Контроль состояния пациента (опрос о самочувствии во время процедуры).

Задание 3. Практический навык: Массаж воротниковой зоны при артериальной гипертензии I стадии

Условие: Пациентка В., 55 лет. Диагноз: Гипертоническая болезнь I ст. Жалобы на тяжесть в голове, шум в ушах, напряжение в плечах. **Задание:** Проведите сеанс массажа воротниковой зоны (по системе А. Е. Щербака).

- **Оценка действий:**
 - Позиционирование: пациент сидит «верхом» на стуле, голова опирается лбом на руки.
 - Направление движений строго сверху вниз (центробежно) для улучшения венозного оттока от полости черепа.
 - Исключение жестких выжиманий и прерывистой вибрации.
 - Акцент на обхватывающее поглаживание трапециевидных мышц, щипцеобразное разминание верхних пучков грудинно-ключично-сосцевидных мышц и разминание надостной области.
 - Контроль пульса и цвета кожных покровов лица (исключение чрезмерного покраснения).

7.3. Показатели, критерии, шкалы оценивания при проведении промежуточной аттестации

Шкала оценивания знаний при проведении тестирования.

Оценка производится по балльной шкале. Правильный ответ на вопрос тестового задания равен 1 баллу. Общее кол-во баллов равняется количеству вопросов, которое принимается за 100%. Оценка выставляется по значению соотношения правильных ответов к общему количеству вопросов в процентах.

ГРАНИЦЫ В ПРОЦЕНТАХ	ОЦЕНКА
70-100	Зачтено
0-69	Не зачтено

Показатели и шкала оценивания решения ситуационной задачи⁹.

Критерий/ оценка	Зачтено	Не зачтено
Наличие правильных ответов на вопросы к ситуационной задаче	Правильные ответы даны на $\frac{1}{2}$ и более вопросов, выполнены $\frac{1}{2}$ и более заданий	Правильные ответы даны на менее $\frac{1}{2}$ вопросов, выполнены менее $\frac{1}{2}$ заданий

Показатели и критерии оценки решения ситуационной задачи (при наличии 5 или более вопросов к ситуационной задаче)

Оценка производится по балльной шкале. Правильный ответ на один вопрос к задаче равен 2 баллам. Частично правильный ответ на один вопрос к задаче равен 1 баллу. Неправильный ответ на один вопрос к задаче равен 0 баллов. Максимально возможное количество баллов, набранных за все вопросы к задаче (2 балла X кол-во вопросов), принимается за 100%. Оценка выставляется по значению соотношения набранных баллов к максимально возможному количеству баллов в процентах.

ГРАНИЦЫ В ПРОЦЕНТАХ	ОЦЕНКА
70-100	Зачтено
0-69	Не зачтено

Показатели и шкала оценивания практического задания

ОЦЕНКА	Описание действий
Зачтено	практические действия выполняются последовательно, в соответствии с алгоритмом выполнения умений, для обоснования действий возможны наводящие и дополнительные вопросы и комментарии педагога; соблюдаются все требования к безопасности пациента и медперсонала, техника безопасности при работе с аппаратурой;
Не зачтено	невозможность самостоятельно выполнить умения; совершаются действия, нарушающие безопасность пациента и медперсонала, технику безопасности при работе с аппаратурой

7.4. Показатели, критерии, шкалы оценивания при проведении итоговой аттестации

Шкала оценивания знаний при проведении тестирования.

Оценка производится по балльной шкале. Правильный ответ на вопрос тестового задания равен 1 баллу. Общее кол-во баллов равняется количеству вопросов, которое принимается за 100%. Оценка выставляется по значению соотношения правильных ответов к общему количеству вопросов в процентах.

ГРАНИЦЫ В ПРОЦЕНТАХ	ОЦЕНКА
90-100	Отлично
80-89	Хорошо
70-79	Удовлетворительно
0-69	Неудовлетворительно

Показатели и шкала оценивания решения ситуационной задачи¹⁰.

⁹ Выбрать и оставить из представленных подходящие критерии для используемых форм промежуточной аттестации

¹⁰ Выбрать и оставить из представленных подходящие критерии для используемых форм итоговой аттестации

Критерий/ оценка	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Наличие правильных ответов на вопросы к ситуационной задаче	Правильные ответы даны на все вопросы, выполнены все задания	Правильные ответы даны на все вопросы, выполнены все задания	Правильные ответы даны на $\frac{2}{3}$ вопросов, выполнены $\frac{2}{3}$ заданий	Правильные ответы даны на менее $\frac{1}{2}$ вопросов, выполнены менее $\frac{1}{2}$ заданий
Полнота и логичность изложения ответов	Достаточно высокая во всех ответах	Достаточная в $\frac{2}{3}$ ответах	Большинство ($\frac{2}{3}$) ответов краткие, развернутые	Ответы краткие, неразвернутые, «случайные»

Показатели и критерии оценки решения ситуационной задачи (при наличии 5 или более вопросов к ситуационной задаче)

Оценка производится по балльной шкале. Правильный ответ на один вопрос к задаче равен 2 баллам. Частично правильный ответ на один вопрос к задаче равен 1 баллу. Неправильный ответ на один вопрос к задаче равен 0 баллов. Максимально возможное количество баллов, набранных за все вопросы к задаче (2 балла X кол-во вопросов), принимается за 100%. Оценка выставляется по значению соотношения набранных баллов к максимально возможному количеству баллов в процентах.

ГРАНИЦЫ В ПРОЦЕНТАХ	ОЦЕНКА
90-100	Отлично
80-89	Хорошо
70-79	Удовлетворительно
0-69	Неудовлетворительно

Показатели и шкала оценивания решения ситуационной задачи.

5 «отлично» - комплексная оценка предложенной ситуации: знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей, правильный выбор тактики действий.

4 «хорошо» - комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы, неполное раскрытие междисциплинарных связей; правильный выбор тактики действий; логическое обоснование теоретических вопросов с дополнительными комментариями педагога.

3 «удовлетворительно» - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; неполный ответ; выбор тактики действий, в соответствии с ситуацией, возможен при наводящих вопросах педагога.

2 «неудовлетворительно» - неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, нарушению безопасности пациента.

Показатели и шкала оценивания практического задания

ОЦЕНКА	Описание действий
Отлично	практические действия выполняются последовательно, в соответствии с алгоритмом выполнения умений; соблюдаются все требования к безопасности пациента и медперсонала, техника безопасности при работе с аппаратурой; выдерживается регламент времени;
Хорошо	практические действия выполняются последовательно, но неуверенно; соблюдаются все требования к безопасности

	пациента и медперсонала, техника безопасности при работе с аппаратурой
Удовлетворительно	нарушена последовательность выполнения умений; действия неуверенные, для обоснования действий необходимы наводящие и дополнительные вопросы и комментарии педагога; соблюдаются все требования к безопасности пациента и медперсонала, техника безопасности при работе с аппаратурой; нарушается регламент времени
Неудовлетворительно	невозможность самостоятельно выполнить умения; совершаются действия, нарушающие безопасность пациента и медперсонала, технику безопасности при работе с аппаратурой