**Массажист.**

**План обучения:**

1. **Введение.**
2. **История массажа.**
3. **Анатомия и физиология человека.**
4. **Физиологическое действие массажа на организм человека.**
5. **Системы и классификация массажа.**
   1. По методу: классический, сегментарно-рефлекторный, соединительно- тканный, периостальный, линейный, плантарный, биоэнергетический, инструментальный, аппаратный.
   2. По задачам: лечебный, спортивный, детский, оздоровительный (гигиенический), косметический.
   3. По системам: европейский, русский, восточный.
6. **Показания и противопоказания к массажу.**
7. **Гигиенические основы проведения массажа.**
   1. Санитарно-гигиенические требования к организации рабочего места массажиста.
   2. Требования к массажисту.
   3. Требования к пациенту.
   4. Требования к курсу массажа.
   5. Требования к отдельному сеансу массажа.
8. **Приемы классического массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание. Выжимание. Ударные приемы. Сотрясающие приемы. Вибрационные приемы.**
9. **Техника и методика массажа отдельных частей тела человека.**
   1. Массаж спины и поясничной области.
   2. Массаж спины и голени (задняя поверхность).
   3. Массаж бедра (задняя поверхность) и ягодичной области.
   4. Массаж голеностопного сустава и голени (передняя поверхность).
   5. Массаж коленного сустава.
   6. Массаж бедра и тазобедренного сустава.
   7. Массаж передней брюшной стенки.
   8. Массаж грудной клетки.
   9. Массаж кисти, предплечья и локтевого сустава.
   10. Массаж плеча, плечевого сустава и надплечья.
   11. Массаж шейно-воротниковой зоны.
   12. Массаж головы и шейного отдела.
   13. Общий массаж.
10. **Лечебная физкультура. Техника и методика выполнения.**
11. **Инструментально-аппаратные виды массажа.**
    1. Инструментальный массаж.
    2. Аппаратный массаж.
    3. Баночный массаж.
12. **Детский массаж.**
13. **Косметический массаж.**
14. **Зачет (собеседование).**