**Выполнение самостоятельной (внеаудиторной) работы обучающихся в связи с переводом обучающихся**

**на дистанционную форму обучения с 06.04.2020 г. по 20.04.2020 г.**

**специальность 34.02.02 Медицинский массаж (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению)**

**группа 101-М**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ группа/ бригада** | **Наименование ПМ. МДК. ОП** | **Дата проведения практических занятий** | **Вид работы** | **Срок представления задания** | **Ответственный преподаватель по расписанию** |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **23 03**  **Практические занятия** | Тема 01.2.2. Основные техники и приемы спортивного массажа.  Подготовить реферативное сообщение в устной форме в аудио формате на одну из тем:  1. Поглаживание. Физиологическое действие, классификация, прием и техника их выполнения.  2. Выжимание. Физиологическое действие, приемы и техника их выполнения.  3. Растирание. Физиологическое действие, приемы и техника их выполнения.  4. Разминание. Физиологическое действие, приемы и техника их выполнения.  5. Вибрация. Физиологическое действие, приемы и техника их выполнения.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Учебное пособие «МДК.01.02 Спортивный массаж. Демиденко Е.А.». Стр.9-17 | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 24.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **24/ 03**  **Практические занятия** | Тема 01.2.3. Спортивный массаж по областям.  Подготовить реферативное сообщение в устной форме в аудио формате на тему:  «Техника выполнения общего массажа в спортивной практике»  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Учебное пособие «МДК.01.02 Спортивный массаж. Демиденко Е.А.». Стр.18-19 | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 25.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **25/ 03**  **Практические занятия** | Тема 01.2.4. Особенности массажа в различных видах спорта.  Тема 01.2.5. Массаж при спортивных травмах и заболеваниях.  Тема 01.2.6 Самомассаж как средства повышения функциональных возможностей организма.  Подготовить реферативное сообщение в устной форме или аудио формате:   1. Спортивный массаж в художественной гимнастике 2. Спортивный массаж в хоккее. 3. Спортивный массаж в большом теннисе. 4. Спортивный массаж в волейболе. 5. Спортивный массаж в баскетболе. 6. Спортивный массаж в лыжном спорте. 7. Спортивный массаж в гандболе. 8. Спортивный массаж в плаванье. 9. Массаж при вывихах. 10. Массаж при ушибах. 11. Самомассаж шеи, волосистой части головы, лица. 12. Самомассаж верхней конечности. 13. Самомассаж туловища. 14. Самомассаж нижней конечности.   Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Учебное пособие «МДК.01.02 Спортивный массаж. Демиденко Е.А.». Стр.20-42 | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 26.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **27 03**  **Практические занятия** | Тема 01.2.2. Основные техники и приемы спортивного массажа.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:   1. Выжимание, физиологическое действие и техника выполнения, перечислить приемы выжимания. 2. Разминание. Физиологическое действие. Перечислить приемы и описать технику выполнения каждого приема.   Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Учебное пособие «МДК.01.02 Спортивный массаж. Демиденко Е.А.». Стр.9-17 | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 28.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **28/ 03**  **Практические занятия** | Тема 01.2.3. Спортивный массаж по областям.  Ответить на 2 контрольных вопроса в аудио формате из предложенных:.  1. Тренировочный массаж. Классификация тренировочного массажа. Рассказать о массаже, способствующем повышению тренированности.  2. Тренировочный массаж. Классификация тренировочного массажа. Рассказать о массаже, способствующем сохранению физической формы.  3. Тренировочный массаж. Классификация тренировочного массажа. Рассказать о массаже, повышающем уровень физических качеств.  4. Предварительный массаж и его классификация. Рассказать о разминочном массаже.  5. Предварительный массаж и его классификация. Рассказать о массаже в предстартовых состояниях.  6. Предварительный массаж и его классификация. Рассказать о согревающем массаже.  7. Предварительный массаж и его классификация. Рассказать о мобилизующем массаже.  8. Восстановительный массаж и его классификация. Массаж при продолжительности перерыва 3 часа и более.  9. Восстановительный массаж и его классификация. Массаж в день отдыха.  «МДК.01.02 Спортивный массаж. Демиденко Е.А.». Стр.18-19 | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 30.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **30/ 03**  **Практические занятия** | Тема 01.02.2.5 Массаж при спортивных травмах и заболеваниях.  Подготовить реферативное сообщение в устной форме в аудио формате на одну из тем:   1. Массаж при ушибах. 2. Массаж при вывихе плечевого сустава. 3. Массаж при переломе конечностей. 4. Массаж при растяжениях.   Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК «[Сегментарный и СТ массаж Практическое пособие Бондаренко М.Г.](http://do.somkural.ru/moodle/mod/resource/view.php?id=1866)». Стр.26-33. | Выполненную работу предоставить не позднее 15.00 30.03.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **06/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.10.8. Отработка техники массажа лица.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:   1. История развития массажа. 2. Техника массажа лица. Показания   противопоказания, план массажа, схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 5-8, 60-73. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 07.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **07/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.10.9.1. Техника массажа брюшного пресса.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:   1. Виды массажа и их классификация. 2. Техника массажа брюшного пресса. Показания   противопоказания, план массажа, схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 8-9, 73-80. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 08.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **08/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.10.9.2. Отработка техники массажа лица.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:   1. Массаж как наука. Показания и   противопоказания к массажу.   1. Техника массажа органов брюшной полости.   Показания противопоказания, план массажа, схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 9-11, 73-80. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 09.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **10/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.12.1. Техника массажа передней поверхности грудной клетки.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Гигиенические требования предъявляемые массажисту и пациенту.  2 Техника массажа передней поверхности грудной клетки. Показания противопоказания, план массажа, схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 11-17, 80-84. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 11.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **11/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.12.2. Техника массажа переднебоковой поверхности грудной клетки в различных исходных положениях.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Требования к оснащению и оборудованию массажного кабинета  2 Техника массажа переднебоковой поверхности грудной клетки. Показания противопоказания, план массажа, схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 11-17, 80-84. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 12.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **13/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.13.1. Техника массажа передней и задней поверхности плечевого пояса, дельтовидной области, плеча.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Физиологическое влияние массажа на кожу, подкожно-жировую клетчатку.  2 Техника массажа передней и задней поверхности плечевого пояса, дельтовидной области, плеча. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 84-99, 113-123. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 13.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **14/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.13.2.Техника массажа области предплечья и кисти.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Физиологическое влияние массажа на мышцы, кровеносную и лимфатическую системы.   1. Техника массажа предплечья и кисти.   Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 84-99, 113-123. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 14.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **15/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.13.3.Техника массажа суставов верхней конечности.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Дозировка массажа.  2 Техника массажа суставов верхней конечности. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 84-99, 106-112. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 15.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **17/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.13.4. Техника массажа важнейших нервных стволов верхней конечности.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Сочетание массажа с лечебной физической культурой.  2 Техника массажа важнейших нервных стволов верхней конечности. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 84-99, 106-112. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 17.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **18/04**  **Практические занятия** | Тема 01.1.1.14. Общий классический массаж.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  1 Сочетание массажа с физиотерапевтическими процедурами.  2 Общий классический массаж. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента. Цель массажа, план массажа, примерная схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 84-99, 106-112. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 18.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
| **101-1**  **101-2** | **Учебная практика**  **ПМ.01 Выполнение классического массажа, МДК 01.01 Классический массаж.** | **19/04**  **Практические занятия** | Тема Классический массаж задней поверхности туловища и нижней конечности.  Ответить в аудио формате на 2 контрольных вопроса:  Техника массажа спины. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента. Цель массажа, план массажа, примерная схема массажа, методические указания.  Техника массажа нижней конечности. Показания и противопоказания, исходные положения массажиста и пациента. Цель массажа, план массажа, примерная схема массажа, методические указания.  Рекомендуемая литература: Электронная библиотека ГБПОУ СОМК Классический гигиенический массаж. Учебное пособие Демиденко Е.А.  Стр. 43-60. | Выполненную работу предоставить не позднее 12.00 19.04.2020 | **Демиденко Е.А**  demidenko.evgeniy.95@bk.ru |
|  |  |  |  |  |  |

Согласовано и одобрено на заседание кафедры Лечебное дело

Утверждено и.о. зав.кафедрой Лечебное дело Е.К. Серегина /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

06.04.2020 год