

Утверждаю
 Директор ООО ЦИТТ «Инкорте»
 Бондаренко Е.В.
 25.08.2016 г.



Учебный план Школы современных техник массажа «Инкорте»

Уровень: Специальный
 Учебных часов: **114**
 Срок учебного курса: **19 недель**
 Количество изучаемых методик: **9**

Спец – курс «Специалист»

№ пп	Наименование	Кол-во времени (часов)		Количество занятий
		Лекция	Практика	занятия по 3 часа
1	<p>Лекционные занятия «Анатомия и Физиология»</p> <p>Лекционная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анатомия Опорно-двигательного аппарата • Анатомия позвоночника • Анатомия и физиология нервной системы • Анатомия и физиология лимфатической системы. • Физиология мышечного сокращения • Физиология мышечной боли • Триггерные зоны и точки <p>Домашнее задание</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основные группы мышц на разных участках тела (спина, шейная область, рука, нога; грудная клетка, живот) • Строение позвонка, межпозвоночного диска; • Мягкие ткани позвоночного сегмента; 	21	0	7 занятий = 2 раза в неделю = 3,5 недели

2	Лекционное занятия «Заболевания Опорно- двигательного аппарата, нервной системы»	3	0	1 занятие
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Заболевания <ul style="list-style-type: none"> • Остеохондроз • Люмбаго (пояснично-крестцовый радикулит) • Ишиас • Радикулит • Межреберная невралгия • Миалгия • Фибромиалгия (миофасциальный болевой синдром) • Межпозвоночная грыжа. • Растяжения связок. 2. Медикаментозная и не медикаментозная реабилитация 			
3	Лекционно - практическое занятие «Постизометрическая релаксация»	3	12	5 занятий = 2 раза в неделю = 2,5 недели
	<ul style="list-style-type: none"> • Теоретическое обоснование Постизометрической релаксации • Практическое применение ПИР <ul style="list-style-type: none"> ○ ПИР шеи ○ ПИР туловища ○ ПИР конечностей 			
4	Лекционно – практическое занятие «Нейромышечная терапия боли (триггерные точки)»	3	3	2 занятия = 2 раза в неделю = 1 недели или 3 раза в неделю = 0,6 недели
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анатомо – физиологическая особенность болевого синдрома мышцы. 2. Основные триггерные зоны спины 3. Основные триггерные зоны конечностей 4. Основные триггерные зоны грудной клетки 5. Методология работы с триггерными точками 			
5	Лекционно – практическое занятие «Пропреорецептарная техника (суставной массаж)»	2	4	2 занятия = 2 раза в неделю = 1 неделя
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анатомо – физиологическая особенность работы с суставами. 2. Методология работы пропреорецептарного массажа. 			
6	Лекционно – практическое занятие «Лечебный массаж при заболеваниях»	1	2	1 занятие
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Общие правила и построение схемы 2. Массаж при бронхо – легочных заболеваниях 			

7	Лекционно – практическое занятие «Эстетика тела»	5	10	5 занятий = 2 раза в неделю = 2,5 недели
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Профессиональная косметика для эстетики тела 2. Методология составления программ коррекции фигуры 3. Алгоритмы ухода за телом. Обертывания и пилинги 4. Лимфодренажный массаж. Французская методология 5. Антицеллюлитный массаж. <ul style="list-style-type: none"> •Французская методология •Испанская методология •Перкуссионный массаж 			
8	Лекционно – практическое занятие «Эстетика лица»	5	13	6 занятий = 2 раза в неделю = 3 недели
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Профессиональная косметика для эстетики лица 2. Методология составления программ ухода по лицу 3. Алгоритмы ухода за лицом. 4. Лимфодренажный массаж. Французская методология 5. Хиропластический массаж. Французская методология. 			
9	Лекционно – практическое занятие «Кинезиотейпинг»	3	9	4 занятия = 2 раза в неделю = 2 недели
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Что такое кинтейп? 2. Физиология действия тейпа на травму 3. Виды травмы, при которых необходимо накладывать тейп 4. Методология наклеивания тейпа 			
10	Лекционно – практическое занятие «Шиацу»	2	13	5 занятий = 2 раза в неделю = 2,5 недели
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Физиология действия японского массажа Шиацу 2. Алгоритм Шиацу по задней поверхности тела 			
<p>Итого: 114 часов. 38 занятий = 2 раза в неделю = 19 недель = 4 месяца и 3 недели Учебные дни: понедельник – среда Стоимость обучения: 60 грн в час = 6840 Варианты оплаты: - 6000 – при оплате сразу - 6840 оплата частями ежемесячно = 4 месяца по 1710 Реальная стоимость курсов по отдельным дисциплинам: 9500 Реальная экономия - 30 %</p>		48	66	