



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ
МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИМ. Н.А. БОРОДИНА»

ИНН 7203508378 КПП 720301001
ОГРН 1207200014537

Утверждаю

Ректор
АНО ДПО «НАМО ИМ. Н.А. БОРОДИНА»

Мазурина А.О.

12.01.2026 г.



Дополнительная профессиональная программа

повышения квалификации

«Косметический массаж»

срок освоения 144 академических часа (ов)

Тюмень 2026 год

1. Нормативно-правовая основа разработки программы:

Данная программа разработана на основании следующих требований:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ от 24 марта 2025 года № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»
- Приказ от 22 декабря 2014 года N 1069н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг»

2. Паспорт образовательной программы

№	Обозначенные поля	Поля для заполнения
1.	Наименование программы	Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Косметический массаж»
2.	Объем программы	144 часа (ов)
3.	Варианты обучения	Заочная, с применением дистанционных образовательных технологий
4.	Вид выдаваемого документа по окончании обучения	Лицам, успешно освоившим программу повышения квалификации и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.
5.	Требования к уровню образования	1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.
6.	Период обучения	Согласно учебному плану
7.	Цель реализации программы	Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Косметический массаж» является совершенствование обучающимися знаний, умений и компетенций, необходимых для выполнения профессиональной деятельности.

3. Календарный учебный график

[illegible]

4. Учебный план

№ п/п	Перечень курсов, дисциплин (модулей)	Трудоемкость, час	Объем контактной работы по видам учебных занятий (ауд /внеауд /электр.)		Самостоятельная работа (с использованием ЭО и ДОТ)	Формы аттестации
			Лекции	Практические занятия		
1.	Массажные техники в профессиональном уходе за лицом и телом	50	-	-	50	Текущий контроль
2.	Методы коррекции фигуры	56	-	-	56	Зачет (Тест)
3.	Кинезиотейпирование	34	-	-	34	Текущий контроль
4.	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	4	-	4	-	Зачет (Тест)
Объём программы, час.		144	-	4	140	-

5. Содержание курса

1. Массажные техники в профессиональном уходе за лицом и телом

- 1.1. Анатомия для массажистов
- 1.2. Косметический массаж лица и зоны декольте
- 1.3. Омолаживающий массаж лица (авторская техника)
- 1.4. Stone-терапия
- 1.5. Массаж плечевого пояса
- 1.6. Массаж спины
- 1.7. Массаж шейно-воротниковой зоны и головы
- 1.8. Массаж нижних конечностей и таза
- 1.9. Ароматерапия в практике массажиста

2. Методы коррекции фигуры

- 2.1. Причины развития целлюлита и лимфодренажный массаж
- 2.2. Обертывания
- 2.3. Антицеллюлитный массаж банками
- 2.4. Антицеллюлитный массаж мёдом
- 2.5. Антицеллюлитное обёртывание
- 2.6. Демонстрация лимфодренажного массажа на клиенте
- 2.7. Восстановление дыхания

3. Кинезиотейпирование

- 3.1. Кинезиотейпирование в эстетической косметологии
- 3.2. Эстетическое тейпирование груди
- 3.3. Лимфодренажное тейпирование
- 3.4. Тейпирование живота
- 3.5. Тейпирование лица
- 3.6. Эстетическое тейпирование ягодиц

6. Оценочные и методические материалы

Оценочные типовые задания

1. Какой отдел в теле человека самый уязвимый и травмоопасный?
 - А. спинной
 - Б. голова и лицо
 - В. нижние конечности
 - Г. шейный

2. Прежде чем приступать непосредственно к массажу, необходимо...

А. поздороваться с клиентом

Б. узнать у клиента, какие нагрузки были накануне

В. оценить состояние клиента

Г. очистить кожу клиента

3. Ткань, которая нарастает между органами и тканями и соединяет их, называется...

А. фасция

Б. спайка

В. триггер

Г. мышцы

Методические материалы (Инструкция по работе с СДО) размещены на сайте Академии:
<https://namobr.com/info/obrazovanie/>