

Массаж

Конкурсное задание, техническое описание, инфраструктурный лист

Задание

Модуль «Классический массаж»

1. Участники Чемпионата выполняют классический массаж, используя основные массажные приемы (поглаживание, растирание, разминание, вибрация).
2. Участники выполняют массаж задней поверхности ног и области спины.
3. Время работы 2 часа.

Модуль «Свободный мастер»

1. Участники Чемпионата проводят любые техники массажа в соответствии с заявленной методикой.
2. Участники выполняют массаж лица или тела в соответствии с заявленной зоной.
3. Время работы 2 часа.

Описание:

В процессе выполнения практического задания, участник должен продемонстрировать умение:

1. Организация рабочего места
2. Создать безопасные условия труда
3. Выполнить работу согласно задания

Основные требования к участникам

1. Участником конкурса может стать выпускник специальных учебных заведений или практикующий массажист в возрасте от 18 лет.
2. Участник должен предоставить копии документов, подтверждающих прохождение курсов по массажу и инвалидность по зрению.
3. При регистрации каждому участнику присваивается регистрационный номер.
4. Каждый участник должен иметь свою модель для проведения массажа.
5. Моделями могут быть мужчины и женщины старше 18 лет, не имеющие противопоказаний для проведения данных процедур.
6. Внешний вид модели должен соответствовать эстетическим требованиям конкурса, проводимого на открытой для зрителей площадке.
7. Модель не может без разрешения судейской коллегии комментировать процесс процедуры.

8. Модель выходит к месту проведения массажа в купальнике/плавках и халате.
9. Оборудование и расходные материалы предоставляются спонсором - (ЦПРМ). Личные инструменты допускаются.
10. По истечении времени, отведенного на работу, мастера покидают зону соревнований, модели остаются на местах.

Дополнительные условия:

Конкурсантам при себе иметь:

- Спецодежду- медицинский халат

Расходные материалы и инструменты.

1. Масло для массажа
2. Крем массажный
3. Стол для массажа
4. Простыни для моделей

Время на выполнение задания

4 часа

Требования

- Участникам запрещается приносить с собой какие-либо носители информации, а также иметь доступ к сети интернет во время выполнения работы
- Судьи определяют рассадку до начала конкурса
- Участники должны следовать указаниям судей в случае обнаружения дефектов в оборудовании
- Участники должны уведомить судей, когда завершат выполнение задания

Критерии оценки

Опрятность - 5

Эргономика - 5

Соответствие правилам - 10

Соблюдение порядка выполнения приемов - 10

Прием: поглаживание - 10

Прием: растирание - 10

Прием: разминание - 10

Прием: вибрация – 10

Темп массажа - 10

Соблюдение регламента - 10

Общее впечатление - 10

Сумма баллов - 100

Штрафные очки - 5

1. Внешний вид (опрятность).
2. Положение массажиста и массируемого при массаже (эргономика).
3. Соответствие правилам и требованиям заявленного вида массажа.
4. Соблюдение порядка (очередности и регламента) выполнения основных массажных приемов (поглаживание, растирание, разминание, вибрация).
5. Использование максимально возможного числа массируемых областей и зон.
6. Проведение массажа в едином темпе.
7. Соблюдение регламента массажа.

ВТОРОЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»



Компетенция «Массаж»

Массаж (от фр. *masser* — *растирать*) — совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы в виде растирания, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами через воздушную, водную или иную среду с целью достижения лечебного или иного эффекта.

Дополнительно к механическим воздействиям, для усиления эффекта, применяют в первую очередь массажные масла, а также различные ароматические, благовонные масла, лекарственные мази, гели, другие препараты и температурные воздействия (например, криомассаж).

Из вышеперечисленного списка специалисты отдают своё предпочтение массажным маслам, поскольку именно они представляют собой уже готовые смеси, созданные именно для массажа, и учитывают всю специфику процесса (обеспечивают скольжение рук массажиста и определённым образом действуют на массируемого).

Внешние раздражения воспринимаются рецепторами кожи и мышц, рефлекторными точками, и передаются в центральную нервную систему. Поток импульсов, в зависимости от применяемой техники и приёмов массажа, может стимулировать и повышать тонус центральной нервной системы, или, наоборот, оказывать на неё затормаживающее и расслабляющее воздействие, что положительно влияет на деятельность всех физиологических систем организма. При этом грамотное применение массажных масел определённого состава и направленности, может как усиливать вышеперечисленные воздействия на нужных участках тела

человека, так и снижать их. В целях создания такого дополнительного эффекта применяются массажные масла, включающие в себя натуральные активные компоненты.

В настоящее время массаж является одним из средств оздоровления, наряду с занятиями спортом, правильным питанием. Массаж - это важная составляющая в техниках работы с телом в телесно ориентированной психотерапии и лечении психосоматических заболеваний. Массаж - это способ лечения и предупреждения различных болезней, может быть важным компонентом вашего здорового образа жизни. Он помогает сохранять тело и дух в наилучшей форме. С его помощью проходит лечение многих заболеваний, особо выделяются такие неприятные состояния, как стрессы и беспокойство. Массаж помогает быстро восстановиться после стресса и избежать заболеваний, связанных с постоянным нервным напряжением, обезболивает болевые точки, расслабляет напряженные мышцы, уменьшает беспокойство, нормализует заблокированный энергетический поток, усиливает функции иммунной системы, восстанавливает чувство спокойствия и благополучия. Массаж исключительно благотворно воздействует на физиологическое состояние человека, обладает своеобразным психотерапевтическим эффектом, положительно воздействует на эмоциональное состояние, способствует расслаблению и отдыху.

Задание

Модуль «Классический массаж»

1. Участники Чемпионата выполняют классический массаж, используя основные массажные приемы (поглаживание, растирание, разминание, вибрация).
2. Участники выполняют массаж тела в соответствии с заявленными зонами.
3. Время работы 2 часа.

Модуль «Свободный мастер»

1. Участники Чемпионата проводят любые техники массажа в соответствии с заявленной методикой.
2. Участники выполняют массаж в соответствии с заявленными зонами.
3. Время работы 2 часа.

Описание:

В процессе выполнения практического задания, участник должен продемонстрировать умение:

1. Организация рабочего места
2. Создать безопасные условия труда
3. Выполнить работу согласно задания

Основные требования к участникам

1. Участником конкурса может стать студент и выпускник специальных учебных заведений или практикующий массажист в возрасте от 18 лет.
2. Участник должен предоставить копии документов, подтверждающих прохождение курсов по массажу.
3. Внешний вид участников должен соответствовать стандартам ЦПРМ-Центра Подготовки и Развития Массажистов (волосы убраны, ногти коротко подстрижены, минимальное использование декоративной косметики).
4. Участникам Чемпионата не разрешается ношение украшений (в области шеи, декольте, запястий, кистей рук) и использование сильно пахнущих парфюмерных косметических средств.
5. Спецдежда участников:
 - для номинации "Классический массаж" - медицинская форма.
 - для номинации "Свободный мастер" разрешается иметь стилизованную форму специалиста в соответствии с выбранной программой.

Если в номинации "Свободный мастер" предполагается проведение Детского массажа, то приветствуется выступление в стилизованной форме специалиста из принтованной ткани, украшенной красочными рисунками: герои мультфильмов, забавные зверьки и пр.

Допускается удобная спортивная или медицинская обувь.

6. Каждый участник должен иметь свою модель для проведения массажа.
7. Моделями могут быть мужчины и женщины старше 18 лет, не имеющие противопоказаний для проведения данных процедур.

При проведении Детского массажа в модуле "Свободный мастер" в качестве моделей допускаются дети от 2 месяцев до 14 лет, не имеющие противопоказаний к проведению данных процедур в присутствии одного или двух родителей, либо официальных опекунов.

8. Внешний вид модели должен соответствовать эстетическим требованиям конкурса, проводимого на открытой для зрителей площадке. Состояние кожных покровов модели должно быть без кожных заболеваний, без нарушений целостности кожных покровов, больших пигментных пятен, бородавок, воспалительных процессов и т.п.

9. Модель не может без разрешения судейской коллегии комментировать процесс процедуры.

10. Модель выходит к месту проведения массажа в бикини/плавках и халате.

11. Оборудование и расходные материалы предоставляются спонсором - партнером (ЦПРМ- Центр Подготовки и Развития Массажистов). Личные инструменты и аксессуары допускаются, в соответствии с заявленным модулем.

12. По истечении времени, отведенного на работу, мастера покидают зону конкурса, модели остаются на местах.

Дополнительные условия:

Конкурсантам при себе иметь:

1. Спецодежду
2. Полотенца
3. Влажные салфетки
4. Масло
5. Необходимые инструменты и аксессуары в соответствии с заявленной номинацией.

Сложность заданий остается неизменной для людей с инвалидностью. Адаптация заданий заключается в увеличении времени выполнения заданий.

Инфраструктурный лист:

**Оборудование, расходные материалы и инструменты
(предоставляемые каждому участнику конкурса)**

1. Массажный стол (складной)
2. Стул
3. Валик
4. Чехол на массажный стол
5. Одноразовую продукцию (простынь, полотенце, салфетки, шапочка)
6. Антисептик

Все участники обязуются бережно относиться к предоставленному оборудованию, использовать необходимые материалы и оборудование строго в соответствии с их назначением. Соблюдать технику безопасности.

Время на выполнение задания

4 часа

Требования

- Участникам запрещается приносить с собой какие-либо носители информации, а также иметь доступ к сети интернет во время выполнения работы
- Судьи определяют рабочие места до начала конкурса, в соответствии с проведенной жеребьевкой.

- Участники должны следовать указаниям судей в случае обнаружения дефектов в оборудовании
- Участники должны уведомить судей, когда завершат выполнение задания

Критерии оценки

Критерии оценки в модуле "Классический массаж"

1. Внешний вид. Организация рабочего пространства. Тематический антураж. Соответствие правилам этикета - сервис - 5 баллов.
2. Положение массажиста при выполнении процедуры массажа (эргономика массажиста) - 10 баллов.
- 3 . Положение модели при проведении процедуры массажа (эргономика клиента) - 10 баллов.
4. Соответствие правилам и требованиям заявленного вида массажа. Соответствие выполняемых массажных приемов стандарту заявленной техники массажа - 10 баллов.
5. Соблюдение порядка (очередности и регламента) выполнения основных массажных приемов:
 - поглаживание - 5 баллов.
 - растирание - 5 баллов.
 - разминание - 5 баллов.
 - вибрация - 5 баллов.
6. Использование максимально возможного числа вспомогательных и комбинированных массажных приемов, в соответствии с индивидуальными анатомическими особенностями модели и необходимостью их применения. - 10 баллов.

7. Использование максимально возможного числа массируемых областей и зон - 10 баллов.
8. Физиологичность выбора массажного приема (интенсивность, направление движений) по отношению к массируемой области - 10 баллов.
9. Целостность проведения и соблюдение необходимого темпа при выполнении заявленного массажа - 10 баллов.
10. Соблюдение регламента массажа в номинации «Классический массаж» - 2 часа - 5 баллов.

Критерии оценки в модуле "Свободный мастер"

1. Эстетическая привлекательность программы массажа. Соблюдение гигиенических норм и противопоказаний при проведении процедуры массажа - 5 баллов.
2. Соответствие правилам профессионального этикета (сервис) - 10 баллов.
3. Соответствие правилам и требованиям заявленного вида массажа - 15 баллов.
4. Соответствие поставленным целям и задачам массажа - 10 баллов.
5. Использование максимально возможного числа вспомогательных и комбинированных массажных приемов, инструментов и необходимость их сочетания и применения - 10 баллов
6. Использование максимально возможного числа массируемых областей, зон и физиологичность их сочетания - 10 баллов
7. Положение массажиста и массируемого при массаже (эргономика) - 10 баллов
8. Безопасность выбранной для демонстрации программы массажа (приемов, антуража и др., как для модели, так и для самого массажиста) - 15 баллов
9. Органичность и целостность композиции программы массажа, ее коммерческая привлекательность и применение в повседневной жизни - 10 баллов

10. Соблюдение регламента массажа в модуле "Свободный мастер" - 2 часа. - 5 баллов

Дисквалификация и исключение

Дисквалификация. Нарушениями, приводящими к дисквалификации тех или иных лиц, считаются:

Использование в соревновании запрещенных материалов или инструментов.

Проявление у модели аллергической реакции и других патологических состояний, произошедшее в процессе проведения массажа.

Невыполнение участниками распоряжений судий.

Опоздание к началу соревнований.

Грубые нарушения участником правил безопасности работы с оборудованием, способные нанести вред здоровью модели.

Непристойное поведение или действия, наносящие ущерб интересам соревнования.

Самостоятельное покидание зоны соревнования.

Нахождение в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Решение о дисквалификации участника может быть принято судьями коллегиально.

Исключение из соревнований предусмотрено в случае неявки или опоздания участника.

Любой участник, исключенный или дисквалифицированный в течение соревнования, теряет право на получение любых наград, предусмотренных конкурсом.