

**Общество с ограниченной ответственностью  
«Международная академия фейсластики и остеопатии»**

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор ООО «МАФО»  
Шнейдер Н.А.  
09.09.2022 г.

Дополнительная профессиональная  
программа профессиональной переподготовки  
«Тренер по фейспластике и естественному омоложению».

Объем программы- 288 часов

г. Москва

2022 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Цель программы	5
3. Перечень профессиональных компетенций (ПК)	6
4. Основные характеристики образования	7
5. Порядок проведения практических занятий.	15
6.планируемые результаты освоения программы	17
7. Оценка результатов освоения программы	18
8. Формы аттестации	20
9. Материально-техническое обеспечение программы	27
10. Список методической литературы	28

## **1. Пояснительная записка**

Настоящая программа представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации программы дополнительного профессионального образования по теме «Профессиональная переподготовка на базе среднего профессионального и высшего образования» «Фейспластика», разработанная на основании федеральных требований к программам переподготовки и повышения квалификации специалистов специалистами общества с ограниченной ответственностью «Международная академия фейспластики и остеопатии» (далее - ООО«МАФО»).

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013г. № 499 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
- Приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Локальные акты ООО «МАФО», утверждённые в установленном порядке.
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 7 апреля 2014 г. N 193н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер".

### **Требования к слушателям**

К освоению дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки допускаются лица:

- имеющие высшее образование;
- имеющие среднее профессиональное образование;
- осваивающие основную профессиональную образовательную программу высшего образования;
- осваивающие основную профессиональную образовательную программу среднего профессионального образования.

Форма обучения – очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Основные цели реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ООО «МАФО»:

- соответствие образовательной системы мировым тенденциям и росту спроса на качественные образовательные услуги;
- ориентация образовательного процесса на формирование и развитие профессиональных компетенций;
- реализация преимуществ образовательной организации в условиях конкуренции на рынке образовательных услуг;

- расширение доступа различных категорий населения к качественным образовательным услугам;
- увеличение контингента слушателей за счёт предоставления возможности освоения дополнительных профессиональных программ в максимально удобной форме – непосредственно по месту пребывания;
- повышение качества подготовки слушателей за счёт внедрения информационно-коммуникационных технологий и компьютерных средств обучения;
- повышение эффективности самостоятельной работы обучающихся;
- минимизация затрат на организацию и реализацию образовательного процесса.

Обучающиеся получают Диплом о профессиональной переподготовке установленного образца организации, осуществляющей обучение.

Дополнительная профессиональная программа направлена на реализацию государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки обучающихся в рамках дополнительного профессионального образования в части освоения дополнительных профессиональных компетенций (ПК):

Освоение программы профессиональной переподготовки «Фейспластика и естественное омоложение» завершается итоговой аттестацией в форме экзамена. Лицам, успешно освоившим данную программу, и прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке.

## **2. Цель программы**

Реализация дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки в ООО «МАФО» ориентирована на компетентностный подход, призванный устанавливать соответствие между требованиями к подготовке специалиста (его компетентности в соответствии с предъявляемыми требованиями), содержанием дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки и результатами обучения.

Результаты обучения – это усвоенные знания, умения и навыки.

Целью реализации настоящей программы профессиональной переподготовки является формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

К основной цели нового вида профессиональной деятельности относится создание педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворения потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплении здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации.

Слушатель, осваивающий настоящую программу профессиональной переподготовки, готовится к следующим видам профессиональной деятельности: к деятельности в сфере предоставления бытовых косметических услуг населению.

### **2.1 Трудоёмкость программы: 288 часов.**

Трудоёмкость настоящей программы профессиональной переподготовки включает все виды самостоятельной и аудиторной работы слушателя, а также время, отводимое на контроль качества освоения программы дополнительного профессионального образования.

Программа профессиональной переподготовки разработана с учетом особенностей профессиональной деятельности слушателей, требований профессионального стандарта «Тренер», утверждённым Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 7 апреля 2014 г. N 193н

### **3. Перечень профессиональных компетенций (ПК)**

У обучающегося формируются следующие профессиональные компетенции (далее - ПК):

в диагностической деятельности:

- владение остеопатическим подходом в диагностике соматических дисфункций опорно-двигательного аппарата (ПК-1);

в лечебной деятельности:

- способность и готовность выполнять остеопатическую коррекцию найденной соматической дисфункции с использованием мышечно-энергетической техники (далее - МЭТ) и производить лечение только с добровольного информированного согласия пациента (ПК-2).

#### **4. Основные характеристики образования**

Содержание программы рассчитано на 288 часов. В программу включены лекционные, практические и зачетные часы обучения.

Расписание занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, по представлению педагогических работников, с учетом пожеланий обучающихся, предусматриваются как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проводятся по группам или индивидуально.

Расписание занятий и календарный учебный график утверждается руководителем на учебный год. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 60 минут.

#### **Тематическое планирование**

##### **Модуль №1.**

Тема 1. Основы остеопатии и фейспластики. Целостный подход в диагностике и коррекции возрастных тканевых дисфункций. Развитие пальпации, состояния. Изучение техник фейспластики.

Тема 2. Биомеханика старения лица и тела. Визуальный осмотр и диагностика тела и лица.

Тема 3. Медитация, наработка терапевтического состояния.

Тема 4. Выстраивание тела.

Тема 5. Возрастные изменения лица. Техники коррекции мышц диафрагмы рта.

Тема 6. Наработка послонной пальпации, перцепции.

Тема 7. Техники коррекции тканевых дисфункций (мышцы, фасции, кости, внутренние органы).

Тема 8. Основы работы с тазом, крестцом и копчиком.

Тема 9. Основы работы с поясничным отделом позвоночника. Поясничный лордоз. Грыжи. Внутрикостное напряжение.

Тема 10. Грудной отдел позвоночника и плечевой пояс. Грудной кифоз. Асимметрия лопаток и ключиц. Холка.

Тема 11. Шейный отдел позвоночника. Мышечные триггеры и боли в шее. Укорочение и асимметрия шеи.

Тема 12. Атлант и основание черепа. Постановка атланта. Улучшение кровотока головы.

Тема 13. Диетология. Мышечно-фасциальная система и диафрагма.

Тема 14. Грудобрюшная диафрагма и диафрагмальное дыхание.

Тема 15. Работа с животом и внутренними органами.

Тема 16. Органы таза: устранение застойных процессов, подъем внутренних органов

Тема 17. Нижние конечности. Техники коррекции мышечно-фасциального напряжения.

- Тема 18. Лимфатическая и сосудистая система. Профилактика застоев и стимуляция лимфатической системы. Расслабление связок перикарда.
- Тема 19. Анатомия черепа. Краниосакральная система.
- Тема 20. Ортодонтия.
- Тема 21. Мозговой череп: сфенобазиллярный синхондроз. Дисфункции клиновидной и затылочной кости. Твёрдая мозговая оболочка.
- Тема 22. Мозговой череп: височная кость.
- Тема 23. Мозговой череп: теменные кости.
- Тема 24. Мозговой череп: лобная и решётчатая кости.
- Тема 25. Лицевой череп. Зубочелюстная система.
- Тема 26. Косметология. Пластическая хирургия лица.
- Тема 27. Анатомия лица.
- Тема 28. Возрастные изменения лица. Техники коррекции мышц диафрагмы рта.
- Тема 29. Жевательные мышцы.
- Тема 30. Зона глаз, глазодвигательные мышцы.
- Тема 31. Классический самомассаж лица.

## Модуль № 2.

- Тема 1. Фейспластика.
- Тема 2. Уходовая косметология.
- Тема 3. Тейпирование.
- Тема 4. Протокол работы с шеей и зоной декольте.
- Тема 5. Основы микробиологии и эпидемиологии.
- Тема 6. Развитие личного бренда в сети-интернет

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Форма обучения	График обучения		
	Ауд. часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы
очная			
дистанционная			

### Учебно-тематический план

№ недели	Наименование тем	Всего часов	Теория	ПЗ
Модуль №1				
1	Основы остеопатии и фейспластики.			

	Биомеханика старения лица и тела. Визуальный осмотр и диагностика тела и лица			
	Медитация, наработка терапевтического состояния.			
	Выстраивание тела			
	Наработка послышной пальпации, перцепции			
	Техники коррекции тканевых дисфункций			
2	Основы работы с тазом, позвоночником и осанкой. Дисфункции и техники коррекции			
	Таз, крестец и копчик			
	Поясничный отдел позвоночника и плечевой пояс. Грудной кифоз. Асимметрия лопаток и ключиц. Холка			
	Шейный отдел позвоночника. Мышечные триггеры и боли в шее. Укорочение и асимметрия шеи			
	Атлант и основание черепа. Постановка атланта на место. Улучшение кровотока головы			
3	Основы работы с диафрагмами тела, внутренними органами, лимфатической системой, сосудами. Техники коррекции.			
	Грудобрюшная диафрагма и диафрагмальное дыхание.			
	Работа с животом и внутренними органами.			
	Органы таза: устранение застойных процессов, подъём внутренних органов.			
	Нижние конечности. Техники коррекции мышечно-фасциального напряжения.			
	Лимфатическая и сосудистая система. Профилактика застоев и стимуляция лимфатической системы. Расслабление связок перикарда.			
4	Череп. Краниосакральная система. Техники диагностики коррекции.			
	Сфенобазиллярный синхондроз. Дисфункции клиновидной и затылочной кости. Твёрдая мозговая оболочка			

	Височная кость			
	Теменные кости			
	Лобная и решётчатая кости.			
	Лицевой череп. Зубочелюстная система			
5	Лицо			
	Введение: возрастные изменения лица. Техники коррекции мышц диафрагмы рта			
	Жевательные мышцы			
	Мимические мышцы			
	Зона глаз, глазодвигательные мышцы			
	Классический самомассаж лица			
Модуль №2				
1 недел я	Метидация, техники коррекции грудобрюшной и тазовой диафрагм тела, осанки и сутулости, вытяжения шеи и лимфодренажный комплекс.			
	Уходовая косметология. Психология общения и профессиональная этика косметолога-эстетика. Ознакомление с квалификационной характеристикой и программой обучения по профессии. Санитария и гигиена в работе косметолога-эстетика.			
	Основы тейпирования. Виды тейпов, правила использования, противопоказания.			
	Анализ упражнений первого урока, и индивидуальная отработка с преподавателем.			
	Личный бренд. Построение бизнес-модели. Инструменты личного бренда			

2 недел я	Протокол работы с шеей и зоной декольте. Техники коррекции трапециевидных мышц, платизмы и ГКС. Улучшение венозного оттока.			
	Уходовая косметология. Основы микробиологии и эпидемиологии. Меры предотвращения гнойных осложнений в работе косметолога-эстетика. Первая помощь при несчастных случаях. Анатомия, гистология и физиология кожи головы человека. Взаимосвязь кожи с нервной системой человека.			
	Подготовка к тейпированию лица и совместимые схемы омоложения			
	Разбор упражнений второго урока, и индивидуальная работа с преподавателем			
	Создание страницы в Instagram, её структура. Анализ конкурентов. Показатели качества аккаунта			
3 недел я	Коррекция мозгового черепа. Работа с основанием и СБС. Коррекция швов мозгового черепа.			
	Уходовая косметология. Дерматология. Основные группы кожных заболеваний. Противопоказания для эстетической косметологии. Осмотр клиента, оценка фототипа кожи, типа старения, состояния кожи, волос, ногтей. Рекомендации по домашнему уходу. План уходовых процедур.			
	Тейпирование. Тейпирование области лба (горизонтальные морщины) и межбровной области (вертикальные морщины).			
	Разбор упражнений третьего урока, и индивидуальная отработка с преподавателем.			
	Развитие страницы в Instagram			
4 недел я	Фейспластика. Коррекция мозгового черепа, часть 2. Коррекция височной, затылочной, теменных костей, ТМО и намета мозжечка.			
	Уходовая косметология. Заразные кожные и венерические болезни и меры их предупреждения. Устранение акне у подростков и взрослых. Подбор процедуры. Основные этапы процедуры при акне. Механическая чистка.			
	Тейпирование. Тейпирование височной области (дренажная техника).			
	Онлайн-семинар. Разбор упражнений четвёртого урока, и индивидуальная отработка с преподавателем			
	Онлайн-семинар по развитию собственного бизнеса.			

5 недел я	Фейспластика. Коррекция лицевого черепа. Работа с асимметриями лица, лобной костью, верхней челюстью, ВНЧС. Разбор техник на гармонизацию пропорций лица, коррекцию носа, лифтинг скул.			
	Уходовая косметология. Косметические недостатки, их профилактика. Типы кожи лица, их характеристика. Возрастные изменения кожи лица. Морщины и изменение овала лица (механизм образования и виды), отёчность тканей лица. Методы коррекции косметическими средствами. Уход за кожей шеи и декольте.			
	Тейпирование. Тейпирование от отёков в области глаз (дренажная техника). Тейпирование морщин вокруг глаз (мышечная техника).			
	Онлайн-семинар по фейспластике. Разбор упражнений пятого урока, и индивидуальная отработка с преподавателем.			
	Онлайн-семинар по развитию бизнеса. Реклама.			
	Классический самомассаж лица.			
6 недел я	Мышцы лица. Коррекция диафрагмы рта, второго подбородка, жевательных мышц, восстановление угла молодости.			
	Уходовая косметология. Гигиенические и косметические средства. Фитокосметика. Производство парфюмерно-косметических изделий. Биологически активные вещества растительного происхождения. Средства по уходу за кожей. Виды, состав, свойства. Сосудистые патологии кожи (купероз). Причины, методы коррекции косметическими средствами.			
	Тейпирование. Тейпирование носогубных складок (мышечная и дренажная техника). Тейпирование области носа (поперечная морщина под переносицей).			
	Онлайн-семинар по фейспластике. Разбор упражнений шестого урока, и индивидуальная отработка с преподавателем.			
	Онлайн-семинар по развитию бизнеса. Реклама в Instagram. Платные и бесплатные методы.			
7 недел я	Фейспластика. Мышцы лица. Коррекция носогубной складки, скуловых и щёчных мышц, мышц депрессоров, круговой мышцы глаз и рта, межбровной морщины, снятие напряжения с глазодвигательных мышц. Протокол работы с лицом.			
	Уходовая косметология. Фитокосметика. Декоративная косметика. Новые отечественные и зарубежные косметические и декоративные средства. Обезвоженность кожи: причины и методы			

	восстановления косметическими средствами. Тейпирование. Тейпирование жевательных мышц.			
	Онлайн-семинар по фейспластике. Разбор упражнений седьмого урока, и индивидуальная работа с преподавателем.			
	Онлайн-семинар по развитию бизнеса.			
	Японский массаж Шиацу. Массаж Гуаша. Массаж Асахи.			
8 недел я	Фейспластика. Подготовка к экзамену.			
	Уходовая косметология. Этическая культура и её роль в сфере услуг. Понятие об этической культуре. Мораль и этика. Расчёт стоимости услуг. Пигментация, гиперпигментация: причины, виды, способы профилактики и устранения.			
	Тейпирование. Тейпирование рта (кисетные морщины).			
	Онлайн-семинар по развитию бизнеса. Юридические и финансовые аспекты ведения бизнеса.			
	Скульптурно-буккальный самомассаж			
9 недел я	Фейспластика. Подготовка к экзамену.			
	Уходовая косметология. Виды пилингов. Правила подготовки к пилингам в зависимости от вида, методика проведения пилингов.			
	Тейпирование. Тейпирование подбородка (горизонтальная морщина). Тейпирование опущенных уголков рта (марионетки).			
	Онлайн-семинар по развитию бизнеса. Масштабирование.			
	Корейский массаж Коруги (лепка лица)			
10 недел я	Фейспластика. Начало экзаменационной недели.			
	Уходовая косметология. Волосы и кожа головы: особенности, причины выпадения волос, виды алопеций, способы устранения этих состояний. Здоровые ногти и уход за кожей рук.			

Тейпирование. Тейпирование овала лица (комплексная работа). Лимфодренаж лица и шеи (в т.ч. кольца «Венеры»)			
Корейский массаж Коруги (лепка лица).			
<b>Итого:</b>			

## 5. Порядок проведения практических занятий.

### Подход №1

Преподаватель выполняет задание самостоятельно так, чтобы обучающиеся могли видеть ход его работы на большом экране с помощью проектора. При этом должны быть предусмотрены некоторые паузы, в рамках которых:

1-й вариант: обучающиеся догоняют преподавателя, показавшего как надо делать задачу (технология "делай как я");

2-й вариант: преподаватель сам догоняет обучающихся (дав им некоторую временную фору), показывая, как надо делать задачу (технология "сбор в конечной точке"). При этом преподаватель может дополнительно перед стартом работ словами разъяснить задание.

### Подход №2

Преподаватель сам задание не выполняет, но разъясняет смысл всего задания, после чего контролирует его выполнение.

Причем возможно:

1-й вариант: разъяснить весь практикум целиком, после чего действовать согласно первому подходу (преподаватель только отвечает на вопросы);

2-й вариант: разбить практикум на разделы и разъяснять смысл каждой части задания по мере движения обучающимися по практикуму, задавая в каждой контрольной точке какие-либо дополнительные вопросы, контролирующие уровень усвоения обучающимися материала;

### Подход №3

Преподаватель сам не выполняет задание и не объясняет, как его делать. Процесс обсуждения разделов практикума организуется таким образом, что обучающиеся сами формулируют, а потом и делают задания, в идеале, помогая друг другу. Естественно, если так не происходит из-за отсутствия у обучающихся вариантов решения задачи – преподаватель приходит на помощь. Но помогает он не прямым описанием тех действий, которые нужно предпринять (инструкциями), а возвратом к ранее рассмотренному на лекции материалу (наведением) – добиваясь, таким образом, окончательного закрепления знаний слушателями (материал, пройденный несколько раз, становится понятным). Кроме закрепления знаний такой подход оказывает еще один полезный эффект: обучающиеся, вынужденные самостоятельно разобраться с учебным заданием практикума, понимают, что все свои задачи в конфигурации можно решить без посторонней помощи, опираясь только на себя. Что приводит к отсутствию страха перед конфигурацией и закреплению веры в ее и свои возможности.

В процессе практикума используются все предложенные подходы и приемы, в зависимости от уровня знаний обучающихся.

## 6. Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с указанными видами профессиональной деятельности и трудовыми функциями планируемыми результатами обучения по настоящей программе профессиональной переподготовки являются знания, умения и навыки, которые участвуют в формировании качественно новых компетенций в результате освоения слушателем программы:

<b>Знания</b>	<b>Умения</b>
Анатомия человека. Морфо - анатомические особенности строения организма человека на разных этапах онтогенеза, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса.	Выявлять признаки перенапряжения и переутомления занимающихся, определять величину нагрузки, адекватную индивидуальным возможностям занимающихся

Программа направлена на формирование следующих профессиональных компетенций:

способность реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния.

## 7. Оценка результатов освоения программы

Оценка качества освоения слушателями настоящей дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки предполагает проведение промежуточной аттестации и итоговой аттестации слушателей по контрольно-измерительным материалам, разработанным в ООО «МАФО» в соответствии с заявленными целями и планируемыми результатами освоения программы.

Промежуточная аттестация и итоговая аттестация являются обязательными для слушателей, обучающихся по настоящей дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки.

Для обеспечения качества освоения слушателями настоящей дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки в рабочих программах дисциплин содержатся примеры фондов оценочных средств, основное назначение которых состоит:

- в управлении достижения целей реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки (планируемых результатов её освоения);
- в оценивании учебных достижений слушателей по итогам изучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), а так же входе итоговых аттестационных испытаний;
- в обеспечении соответствия результатов обучения задачам профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения.

Фонды оценочных средств, разрабатываемые авторами дополнительных профессиональных программ, реализуемых ООО «МАФО», формируются на основе следующих основных принципов оценивания:

- объективность – получение объективных и достоверных результатов контроля;
- надёжность – единообразие используемых показателей и критериев оценки учебных достижений слушателей;
- своевременность – получение актуальных результатов контроля;
- эффективность – соответствие результатов деятельности поставленным целями планируемыми результатам освоения дополнительной профессиональной программы;

- валидность – соответствие объектов оценки поставленным целям обучения.

При разработке фондов оценочных средств ООО «МАФО» обеспечивает их соответствие:

- Федеральным государственным образовательным стандартам среднего профессионального образования и высшего образования;
- рабочим программам учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), разработанных в ООО «МАФО»;
- образовательным технологиям, используемым при реализации соответствующих учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей).

Контрольно – измерительные материалы фондов оценочных средств, разработанные в ООО «МАФО», обладают следующими свойствами:

- предметная направленность;
- структурность (состав и взаимосвязь теоретических и практических компонентов);
- объём (количество контрольно – измерительных материалов, составляющих фонд оценочных средств);
- качество контрольно – измерительных материалов, позволяющее обеспечить получение объективных и достоверных результатов контроля.
- методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков, опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, запланированных как результаты обучения, в процессе освоения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей).

Задания, разработанные в виде теста, направлены на проверку освоения слушателями настоящей дополнительной профессиональной программы значимых элементов содержания курса и удовлетворяют следующим требованиям:

- тестовые задания исключают двусмысленность и неясность формулировок;
- формулировка вопроса (ответа) не содержит подсказок;
- в тексте задания исключается двойное отрицание;
- используемая в заданиях терминология не выходит за рамки

дополнительной профессиональной деятельности;

- тестовые задания на выявление знаний справочных сведений отсутствуют.

## **8. Формы аттестации**

### **Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация проходит в форме дифференцированных зачетов, контрольных работ, включающих в себя: тестовый контроль. Решение ситуационных задач.

### **Итоговая аттестация**

Итоговая аттестация проходит в форме квалификационного экзамена, который направлен на определение готовности обучающихся к самостоятельному выполнению профессиональных задач и включает: тестовый контроль, решение ситуационных задачи выполнение практического задания.

К проведению квалификационного экзамена привлекаются представители работодателей. К экзамену допускаются лица, не имеющие задолженности и освоившие теоретическую и практическую части программы. Задание выполняется обучающимся в присутствии комиссии.

Тестовый контроль, решение ситуационных задач и выполнение практического задания оценивается по заранее разработанным критериям, включающим овладение приемами работ; соблюдение технических и технологических требований; выполнение установленных норм времени; умелое и уверенное пользование оборудованием, инструментами, приспособлениями.

Результаты квалификационного экзамена оформляются в порядке, установленном организацией, осуществляющей образовательную деятельность и оцениваются последующими показателями:

«освоен» - аттестуемый уверенно и точно владеет приемами работ практического задания, соблюдает требования к качеству производимой работы, умело пользуется оборудованием, инструментами, рационально организует рабочее место, соблюдает требования безопасности труда;

«неосвоен» - аттестуемый не умеет выполнять приемы работ практического задания, допускает серьезные ошибки в организации рабочего места, требования безопасности труда не соблюдаются.

Сдача квалификационного экзамена входит в нормативный срок освоения программы курса. По результатам выполнения теоретической и практической частей и сдачи экзамена, выставляется общая итоговая оценка.

### **Примеры тестовых заданий для итоговой аттестации**

1. Как нарабатывается терапевтическое состояние специалиста?
  - А. медитация, выстраивание тела в пространстве, постоянная проработка тела и сознания;
  - В. аффирмации, молитвы;
  - С. регулярно посещать терапевта, правильно питаться.
2. На что нужно обращать внимание при диагностике лица?
  - А. Симметричность надбровных дуг, щек, лба, нижней челюсти, положение сосцевидных отростков височных костей;
  - В. Симметричность надбровных дуг, глазных орбит, скул, зубного ряда, нижней челюсти, положение сосцевидных отростков височных костей;
  - С. Положение сосцевидных отростков височных костей.
3. Функциональный тест клиента должен включать:
  - А. Диагностику тела и лица;
  - В. Диагностику только лица;
  - С. Диагностику только тела.
4. Функциональная разница в длине ног предполагает:
  - А. Недоразвитие костей нижних конечностей с рождения;
  - В. Искривление таза, за счет чего одна нога становится укороченной;
5. Из сколько отделов состоит позвоночник?
  - А. 3;
  - В. 5;
  - С. 6;
  - D. 4.
6. Позвоночник состоит из:
  - А. Шейного отдела, грудного отдела, поясничного отдела, крестцового отдела, копчикового отдела;
  - В. Шейного отдела, грудного отдела, поясничного отдела;
  - С. Череп, шейного отдела, грудного отдела, поясничного отдела, крестцового отдела, копчикового отдела.
7. Сколько всего грудных позвонков в теле человека?
  - А. 11 ;
  - В. 13;
  - С. 12.
8. Самые массивные позвонки находятся в?
  - А. Грудном отделе;
  - В. Крестцовом отделе;
  - С. Шейном отделе;
  - D. Поясничном отделе.

9. Как называется первый шейный позвонок?
- A. Астерион;
  - B. Птерион;
  - C. Атлант;
  - D. В крестцовом.
10. Что значит позвоночно-двигательный сегмент?
- A. Суставы скрепляющие между собой позвонки;
  - B. Часть позвонков, которая состоит из 2 соседних позвонков;
  - C. Часть позвонков на границе двух отделов позвоночника.
11. Сколько физиологических изгибов имеет позвоночник?
- A. Ни одного, позвоночник ровный;
  - B. 4;
  - C. 5;
  - D. 3.
12. Какое образование объединяет и выстилает крестец, позвоночник и череп?
- A. Миофасциальная цепь (МФЦ);
  - B. Твердомозговая оболочка (ТМО);
  - C. Сфенобазиллярный синхондроз (СБС).
13. Нужно ли работать с телом, чтобы получить эффект омоложения лица?
- A. Нет, для хорошего результата достаточно выполнять локальные техники в проблемных зонах;
  - B. Да, нужно обязательно работать с телом для восстановления осанки, статики шеи и головы для долгосрочного омолаживающего результата.
14. Укажите правильную последовательность проработки тела:
- A. Проработка грудобрюшной диафрагмы, диафрагмы таза, шейного отдела;
  - B. Проработка грудобрюшной диафрагмы, лицевого черепа, диафрагмы таза, шейного отдела;
  - C. Проработка мозгового черепа, грудобрюшной диафрагмы, диафрагмы таза, шейного отдела.
15. Грудобрюшная диафрагма состоит из
- A. Сухожильного центра;
  - B. Сухожильного центра, правого мышечного купола, левого мышечного купола;
  - C. Хрящевидного соединения.
16. При выдохе грудобрюшная диафрагма:
- A. Опускается вниз;
  - B. Поднимается вверх;
  - C. Не двигается.
17. Как наиболее эффективно проработать тазовую диафрагму?

- А. Выполнить техники на тазовую область до проработки грудобрюшной диафрагмы;
- В. Выполнить техники на тазовую область после проработки грудобрюшной диафрагмы;

18. В упражнении на тазовую диафрагму:

- А. На вдохе мы сводим колени, подтягиваем прямую кишку и сжимаем все тазовое дно, на выдохе расслабляемся;
- В. На вдохе мы разводим колени в стороны, расправляем живот как купол, тужимся и на выдохе подтягиваем прямую кишку и сжимаем все тазовое дно;
- С. На вдохе мы разводим колени в стороны, расправляем живот как купол и на выдохе сводим колени, подтягиваем прямую кишку и сжимаем все тазовое дно на 2-5 секунды.

19. Непарные кости мозгового черепа:

- А. Височная, клиновидная, теменная, решетчатая;
- В. Затылочная, лобная, клиновидная, решетчатая, слезная;
- С. Затылочная, лобная, клиновидная, решетчатая.

20. Парные кости мозгового черепа

- А. Клиновидная, височная, теменная;
- В. Височная, верхняя челюсть, теменная;
- С. Височная, теменная;

21. Кости мозгового черепа:

- А. Затылочная, лобная, клиновидная, решетчатая, височная, теменная;
- В. Затылочная, лобная, клиновидная, сошник, височная, теменная;
- С. Затылочная, лобная, клиновидная, височная, теменная.

22. К парным костям лицевого черепа относятся:

- А. Сошник;
- В. Нижняя челюсть;
- С. Скуловая кость.

23. Швы мозгового черепа:

- А. Височно-затылочный шов, лямбдовидный шов, лобно-верхнечелюстной шов, чешуйчатый шов, венечный шов, сагиттальный шов;
- В. Височно-затылочный шов, лямбдовидный шов, венечный шов, сагиттальный шов;
- С. Височно-затылочный шов, лямбдовидный шов, чешуйчатый шов, венечный шов, сагиттальный шов.

24. Сколько челюстей в черепе человека?

- А. 2;
- В. 3;

С. 4.

25. К непарным костям лицевого черепа относятся:

- А. Нижняя челюсть;
- В. Верхняя челюсть;
- С. Скуловая кость.

26. Что такое Сфенобазиллярный синхондроз (СБС)?

- А. Хрящевое соединение между височной и затылочной костью;
- В. Хрящевое соединение между клиновидной и височной костью;
- С. Хрящевое соединение между клиновидной и затылочной костью;

27. Что такое флексия?

- А. Раскрытие, расширение костей черепа;
- В. Сжатие костей черепа;
- С. Смещение клиновидной и затылочной кости к ушам в одну сторону;
- Д. Смещение клиновидной и затылочной кости в разные стороны.

28. Что такое экстензия?

- А. Раскрытие, расширение костей черепа;
- В. Сжатие, вытяжение костей черепа;
- С. Смещение клиновидной и затылочной кости к ушам в одну сторону относительно СБС;
- Д. Смещение клиновидной и затылочной кости в разные стороны относительно СБС.

29. Что такое торсия?

- А. Раскрытие, расширение костей черепа;
- В. Сжатие костей черепа;
- С. Смещение клиновидной и затылочной кости к ушам в одну сторону относительно СБС;
- Д. Смещение клиновидной и затылочной кости в разные стороны относительно СБС.

30. Что такое ротация?

- А. Раскрытие, расширение костей черепа;
- В. Сжатие костей черепа;
- С. Смещение клиновидной и затылочной кости к ушам в одну сторону относительно СБС;
- Д. Смещение клиновидной и затылочной кости в разные стороны относительно СБС.

31. На что влияет дисфункции СБС?

- А. На рост волос;
- В. На асимметрию лица, тела, прикус;

С. На осознанность человека.

32. Из чего состоят серп и намет мозжечка?

- А. Из мышечно-фасциальных цепей;
- В. Из твердо-мозговой оболочки;
- С. Из хрящевидной ткани.

33. Что такое серп мозга?

- А. листок твёрдой мозговой оболочки, расположенный между верхним краем пирамиды височной кости и поперечным синусом;
- В. листок твёрдой мозговой оболочки, который заходит в продольную щель большого мозга между двумя полушариями. Начинается узким листком от петушиного гребня решётчатой кости, идет назад расширяясь, и переходит в верхнюю часть намёта мозжечка.

34. Что такое намет мозжечка?

- А. листок твёрдой мозговой оболочки, расположенный между верхним краем пирамиды височной кости и поперечным синусом;
- В. листок твёрдой мозговой оболочки, который заходит в продольную щель большого мозга между двумя полушариями. Начинается узким листком от петушиного гребня решётчатой кости, идет назад расширяясь, и переходит в верхнюю часть намёта мозжечка.

35. Как проработать намет мозжечка?

- А. Техника работы с ушами;
- В. Техника проработки саггитального шва;
- С. Техника гармонизации лица, растяжение верхней челюсти и височной кости.

36. Назовите все группы жевательных мышц

- А. Височная мышца, массетер;
- В. Массетер, крыловидная латеральная мышца, крыловидная медиальная мышца;
- С. Массетер, крыловидная латеральная мышца, крыловидная медиальная мышца, височная мышца.

37. Что такое птерион?

- А. Место схождения лобной, теменной, височной костей и большого крыла клиновидной кости;
- В. Хрящевое соединение между клиновидной и затылочной костью;
- С. Зона сочленения затылочной теменной и височной кости.

38. Что такое астрион?

- А. Место схождения лобной, теменной, височной костей и большого крыла клиновидной кости;
- В. Хрящевое соединение между клиновидной и затылочной костью;
- С. Зона сочленения затылочной теменной и височной кости.

39. Сколько костей в черепе человека?
- A. 24;
  - B. 22;
  - C. 23.
40. Для наиболее эффективной проработки тела и лица необходимо:
- A. Научиться механически правильно выполнять техники;
  - B. Научиться правильно выполнять техники, работать с вниманием, осознанно, исходя из собственных ощущений.
41. Есть ли у мимических мышц лица фасции?
- A. Да;
  - B. Нет.
42. К мышцам –леваторам относятся:
- A. Большая и малая скуловые мышцы;
  - B. Платизма;
  - C. Мышца, опускающая нижнюю губу.
43. Какую кость необходимо проработать, чтобы повлиять на область вокруг глаз?
- A. Клиновидную;
  - B. Верхнюю челюсть;
  - C. Скуловую кость;
  - D. Все кости, из которых состоит глазная орбита.
44. Мимическая мышца, начинается от скуловой кости, идет к углу рта, который оттягивает вверх и в стороны:
- A. Носовая;
  - B. Большая скуловая;
  - C. Подбородочная;
  - D. Щечная.
45. Тонкая поверхностная оболочка мышцы называется:
- A. Сухожилие;
  - B. Фасция.
46. Грудинно-ключично-сосцевидная мышца прикрепляется:
- A. К груди;
  - B. К сосцевидному отростку височной кости;
  - C. К подъязычной кости.

## **9. Материально-техническое обеспечение программы**

Реализация настоящей дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предполагает наличие специализированных аудиторий–учебных кабинетов для проведения занятий в формате вебинаров.

Оборудование учебных кабинетов и рабочих мест кабинетов составляют предметы офисной мебели и видеокамера. Требования к рабочему месту педагогического работника, реализующего настоящую дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки, определяются соответствующим локальным нормативным актом ООО «МАФО».

Технические средства обучения, с помощью которых осуществляется реализация настоящей дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки, – это системные блоки, мониторы, ноутбуки, IP или WEB-камеры, микрофоны, колонки.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочих мест относится выход в сеть Интернет.

Эффективное использование дистанционных образовательных технологий и электронных образовательных ресурсов в целях беспрепятственного и своевременного освоения слушателями настоящей дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки обеспечивается качественным доступом педагогических работников и слушателей ООО «МАФО» к информационно - телекоммуникационной сети Интернет–использованием установленных программно-технических средств на скорости не ниже 512 Кбит/с, скоростью прямого канала не ниже 512Кбит/с, скоростью обратного канала не ниже 128К бит/с, использованием порта доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 30 Мбит/с и возможностью установления не менее 60 одновременных сессий по 512 Кбит/с.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется ООО «МАФО» в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учёта объёмов потребляемого трафика за исключением перерывов для проведения необходимых ремонтных и профилактических работ при обеспечении совокупной доступности услуг не менее 99,5% в месяц.

## 10. Список методической литературы

1. Анатомия для студентов Ричард Л. Дрейк.
2. Клиническое обследование в ортопедии с иллюстрациями неттера доказательный подход КлиландДжошуа.
3. Осознанная коррекция сколиоза и нарушений осанки В.Ю.Левков.
4. Прикладная кинезиология техники лечения дисфункций таза и нижних конечностей Скотт Кутберт.
5. Клиническое исследование костей суставов и мышц Клаус Букуп.
6. Анатомия упражнений на растяжку Арнольд Нельсон.
7. НутрициологияЛ.З.Тель.
8. Анатомия физиология фундаментальные основы ДжерардТортор.
9. Постизометрическая релаксация мышц Еремушкин М.А.
10. Основы реабилитации учебник для медицинских училищ и колледжей Епифанов В.А.
11. Физиология человека с основами патофизиологии Шмидт Р.Ф.
12. Рождённый ходить миофасциальная эффективность революция в понимании механики движения Джеймсэрлз.
13. Анатомия силовых тренировок для женщин Фредерик Делаваье.
14. Нейрофитнес: рекомендации нейрохирурга для улучшения работы мозга РахулДжандиал.
15. Клинический атлас триггерных точек Эндрю Бил.
16. Атлас лица Ральф Радлански.
17. Мануальное тестирование мышц М.С. Касаткин
18. Клиническая остеопатия висцеральные техники Новосельцев С.В.
19. Остеопатиямиофасциальныекраниосакральные мышечно-энергетические техники Соловей И.Г.
20. Мышцы анатомия движения тестирование клаус-петервалериус.
21. Анатомия мышечной системы Гайворонский И.В.
22. Анатомические поезда Томас Майерс.
23. Информационная остеопатия. Методика «Прислушиваясь к телу», Маршандиз Жан.
24. Прикладная кинезиология - Восстановление тонуса и функций скелетных мышц - Васильева Л.Ф.
25. Учебник остеопатических техник - Стоддард А.