

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»

Утверждаю:
Директор института психологии,
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова

«30» августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Массаж»

Уровень основной профессиональной образовательной программы
прикладной бакалавриат

**Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя
профилями подготовки)**

Направленность (профиль) подготовки **«Дошкольное образование и
физическая культура »**

Форма обучения очная

Сроки освоения ОПОП нормативный 5 лет

Институт педагогики, психологии и социальной работы

Кафедра медико-биологических и психологических основ физического
воспитания

Рязань 2018

«Массаж»

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. Целью освоения дисциплины является формирование общекультурных (универсальных): социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными теоретическими знаниями по массажу и практическими навыками проведения занятий по лечебному массажу, повысить уровень знаний теории массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм, ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа, привить навыки практической деятельности использования массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и после реабилитации.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВУЗА:

2.1. Дисциплина основной образовательной программы Б.1.В.ДВ.6 «Массаж» относится к Блоку 1 Вариативной части к дисциплинам по выбору.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Возрастная анатомия и физиология», «Основы педиатрии, гигиены детей и подростков», «Физиологии человека»,

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной: «Основы методики лечебной физической культуры, основы физической реабилитации».

2.4. Требования к результатам освоения дисциплины.

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих *общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК)* и профессиональных (ПК) компетенций:

№	Индекс компетенции	Содержание компетенции	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	владеть
1	ОК-6	Способностью к самоорганизации и самообразованию	<p>1.определения ключевых понятий и терминов;</p> <p>2.особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека;</p> <p>3.общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние</p>	<p>1.с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний</p> <p>2.прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах заболеваний;</p> <p>3.оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей</p>	<p>1.логикой выбора средств восстановления утраченных функций;</p> <p>2.методикой проведения общего массажа</p> <p>3.методикой массажа при спортивных повреждениях и травмах</p>
2	ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<p>1.закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека</p> <p>2.причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>3.закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p>	<p>1.подготавливать пациентов к массажу, осуществлять контроль за состоянием пациентов во время проведения процедур.</p> <p>2.организовать проведение массажа в различных оздоровительных и спортивных учреждениях;</p> <p>3.оказать доврачебную помощь пострадавшим при проведении массажа.</p>	<p>1.знаниями закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>2.исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья,</p>

					3.средствами и методами массажа, необходимыми для профилактики заболеваний и травм и последующей реабилитации.
3	ПК-1	готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	1.навыки практической деятельности использования массажа 2.методику выполнения основных массажных приемов 3.показания и противопоказания к массажу	1.применять различные методы и приемы массажа при различных заболеваниях 2.выполнять соответствующий массаж детям разного возраста, беременным женщинам и пожилым людям; 3.выполнять приемы самомассажа и спортивного массажа	1.практическими навыками в процессе врачебно-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья 2.показаниями и противопоказаниями к массажу 3.техникой массажа для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
4	ПК-12	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	1.историю возникновения и этапы развития массажа 2.теоретические знания по массажу и практические навыки проведения лечебного массажа 3. технику выполнения основных приемов классического и спортивного массажа	1.использовать в своей деятельности профессиональную лексику; 2.оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций. 3.использовать на практике знания, полученные при изучении теоретического материала	1.методикой массажа отдельных областей тела человека 2.общими основами организации, техники и методики массажа. 3.методикой массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2.5. Карта компетенций дисциплины

«Массаж»

Цель	формирование общекультурных (универсальных): социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, позволяющих студентам овладеть систематизированными теоретическими знаниями по массажу и практическими навыками проведения занятий по лечебному массажу, повысить уровень знаний теории массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм, ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа, привить навыки практической деятельности использования массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и после реабилитации
Задачи	<ul style="list-style-type: none">- с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний и прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах;- прогнозировать возможный исход и оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей,- оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций.<ul style="list-style-type: none">– определять показания и противопоказания при назначении массажа при определенной патологии у конкретного человека;– составлять рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;– проводить экспресс-диагностику функционального состояния организма и места локализации патологического очага или травмы;– применять практические приемы проведения массажа при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм,- использовать и применять разнообразные массажные действия, сочетать массаж с физиопроцедурами и другими вспомогательными методами.

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие

Общекультурные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-6	Способностью к самоорганизации и самообразованию	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.определения ключевых понятий и терминов; 2.особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека; 3.общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний 2.прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических 	<p>Лекции</p> <p>Лабораторные занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p><u>Пороговый:</u> владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для профессиональной деятельности</p> <p><u>Повышенный:</u> эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и профессионального роста.</p>

		формах заболеваний; 3.оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей Владеть 1.логикой выбора средств восстановления утраченных функций; 2.методикой проведения общего массажа 3.методикой массажа при спортивных повреждениях и травмах			
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

Общепрофессиональные компетенции

Компетенции		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	Знать 1.закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека 2.причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 3. закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных	Лекции Лабораторные занятия Самостоятельная работа	Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен	Пороговый: Знает основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук, основные принципы и закономерности, движущие силы функционирования современного общества Повышенный: эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и

		<p>функций организма человека, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>Уметь</p> <p>1.подготавливать пациентов к массажу, осуществлять контроль за состоянием пациентов во время проведения процедур.</p> <p>2.организовать проведение массажа в различных оздоровительных и спортивных учреждениях;</p> <p>3.оказать доврачебную помощь пострадавшим при проведении массажа.</p> <p>Владеть</p> <p>1.знаниями закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <p>2.исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния</p>			профессионального роста.
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--------------------------

		<p>организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, 3. средствами и методами массажа, необходимыми для профилактики заболеваний и травм и последующей реабилитации.</p>			
Профессиональные компетенции					
ПК-1	<p>готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p>	<p>Знать 1. навыки практической деятельности использования массажа 2. методику выполнения основных массажных приемов 3. показания и противопоказания к массажу Уметь 1. применять различные методы и приемы массажа при различных заболеваниях 2. выполнять соответствующий массаж детям разного возраста, беременным женщинам и пожилым людям; 3. выполнять приемы самомассажа и спортивного массажа Владеть 1. практическими</p>	<p>Лекции Лабораторные занятия Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p>Пороговый: эффективно владеет теоретическими основами и практическими методами Повышенный: Стремится к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства</p>

		<p>навыками в процессе врачебно-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья 2.показаниями и противопоказаниями к массажу 3.техникой массажа для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья</p>			
ПК-12	<p>способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики</p>	<p>Знать 1.историю возникновения и этапы развития массажа 2.теоретические знания по массажу и практические навыки проведения лечебного массажа 3. технику выполнения основных приемов классического и спортивного массажа Уметь 1.использовать в своей деятельности профессиональную лексику; 2.оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических</p>	<p>Лекции Лабораторные занятия Самостоятельная работа</p>	<p>Индивидуальное собеседование, отчет по контрольной работе, тестирование, экзамен</p>	<p>Пороговый: владеет теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для профессиональной деятельности Повышенный эффективно владеет навыками мастерства, способствующих обеспечить превращение знаний, умений и навыков в средства личностного и профессионального роста</p>

		<p>реакций. 3.использовать на практике знания, полученные при изучении теоретического материала</p> <p>Владеть 1.методикой массажа отдельных областей тела человека 2.общими основами организации, техники и методики массажа. 3.методикой массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>			
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.

1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр № 9 часов
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)		54	54
В том числе:			-
Лекции (Л)		9	9
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)			
Лабораторные работы (ЛР)		45	45
Самостоятельная работа студента (всего)		54	54
В том числе			-
СРС в семестре		54	54
Курсовой проект (работа)	КП	-	-
	КР	-	-
Другие виды СРС		54	54
Подготовка к письменной контрольной работе		9	9
Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям		9	9
Работа со справочными материалами		9	9
Изучение и конспектирование литературы		9	9
Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам		9	9
Подготовка к зачету		12	12
СРС в период сессии			
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3	3
	экзамен (Э)		
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	108	108
	зач. ед.	3	3

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
9	1	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа. Виды массажа.	Понятие о массаже. Физиологические механизмы влияния массажа на организм. Показания и противопоказания к проведению массажа. Виды массажа. Спортивный массаж. Основные приемы массажа. Методические особенности при проведении массажа.
9	2	Характеристика и методы лечебного массажа. Методические особенности при проведении лечебного массажа.	Характеристика лечебного массажа. Методы лечебного массажа. Показания и противопоказания к проведению лечебного массажа. Сочетание лечебного массажа и физиопроцедур. Сегментарный массаж. Точечный массаж, соединительно-тканый массаж, периостальный массаж.
9	3	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж,	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов. Лечебно-профилактическое действие массажа.

2.3.Лабораторный практикум.

2.3.	<i>Примерный перечень лабораторных занятий</i>	45
2.1	Приемы и техника классического массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание Вибрация.	16
2.2	Методика проведения массажа различных областей человеческого тела.	10
2.3	Массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов.	6
2.4	Методика массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и роль массажа в их профилактике.	4
2.5	Методика массажа при заболеваниях органов дыхания.	4
2.6	Лечебно-профилактическое действие массажа у детей и подростков.	3
2.7	Коллоквиум.	2

2.4. Примерная тематика курсовых работ. Курсовые работы не предусмотрены.

3.1 Самостоятельная работа студента. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
9	1	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа. Виды массажа.	1.Подготовка к письменной контрольной работе	3
			2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	3
			3.Работа со справочными материалами	3
			4.Изучение и конспектирование литературы	3
			5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	3
9	2	Характеристика и методы лечебного массажа. Методические особенности при проведении лечебного массажа.	1.Подготовка к письменной контрольной работе	3
			2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	3
			3.Работа со справочными материалами	3
			4.Изучение и конспектирование литературы	3
			5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	3
9	3	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждения сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж,	1.Подготовка к письменной контрольной работе	3
			2.Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	3
			3.Работа со справочными материалами	3
			4.Изучение и конспектирование литературы	3
			5.Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	3
			Подготовка к зачету	12
		ИТОГО в семестре:		54

3.2. График работы студента Семестр № 9

Форма оценочного средства	Условное обозначение	Номер недели								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Коллоквиум	Кл									+
Устное собеседование	Сб	+			+				+	
Защита лабораторных работ	ЗПР		+	+		+	+	+		

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, законодательства РФ, выполнении индивидуальных домашних заданий, обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия библиотеки университета, имеющиеся на кафедре медико-биологических и психологических основ физического воспитания
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»
- Информационно-справочные и поисковые системы.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

К современному бакалавру-педагогу, специалисту по физической культуре общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у обучающихся студентов определенных способностей и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретным возникающим ситуациям.

Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие студентов в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов, написание курсовых и выпускных квалификационных работ.

При этом самостоятельная работа студентов играет решающую роль в ходе всего учебного процесса. Для того, чтобы знания студентов приобрели необходимую систематичность, рекомендуется начинать самостоятельное изучение темы с литературных источников обобщающего характера – учебников, учебных пособий, а затем переходить к специальным статьям, а также использовать информационно-поисковые системы "Консультант-плюс", "Гарант", глобальной сети "Интернет"; рассматривающих частные проблемы.

Цели осуществления СРС должна совпадать с целью обучения студента – подготовкой специалиста и бакалавра с высшим образованием, т.е. формирование общекультурных (универсальных): социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, а также приобретение фундаментальных знаний, профессиональных умений и навыков деятельности по профилю, опыта творческой, исследовательской деятельности. Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

В образовательном процессе ВУЗа выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, выполняемая на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию, и внеаудиторная.

Внеаудиторная самостоятельная работа включает:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Проверка знаний студентов проводится в течение всего периода изучения предмета. Оценка успеваемости определяется на основании данных текущей успеваемости и сдачи зачета.

ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.
2. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями системы органов дыхания.
3. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с болезнями мочеполовой системы.
4. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с нарушениями обмена веществ.
5. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с нарушениями минерального обмена.
6. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу¹, для пациентов с нарушениями углеводного обмена.
7. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу, для пациентов с ожирением I степени.
8. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 2 степени.
9. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 3 степени.
10. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 4 степени.
11. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов с хронической почечной недостаточностью.
12. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних конечностей с переломами костей скелета.
13. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы нижних конечностей с переломами костей скелета.
14. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу, для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних и нижних конечностей с переломами костей скелета.
15. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу ной клетки с повреждениями органов грудной полости.
16. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы живота с повреждениями органов брюшной полости,
17. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после инфекционных заболеваний.
18. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для беременных женщин на 1 половину беременности.

19. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для беременных женщин на 2 половину беременности.
20. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для новорожденных детей и детей 1 года жизни.
21. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей дошкольного возраста.
22. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей младшего школьного возраста.
23. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для детей старшего школьного возраста.
24. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для возбудимых подростков.
25. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для заторможенных подростков.
26. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для подростков с девиантным поведением.
27. Составить комплекс и дать рекомендации по массажу для людей пожилого возраста с хроническими заболеваниями в стадии ремиссии.
28. Дать анатомо-физиологическое обоснование и описать методики проведения китайского, точечного, индийского массажа.
29. Описать методики проведения массажа рефлекторных зон кисти, восточного массажа ногами, меридиального и тибетско-монгольского массажа.
30. Описать методики проведения массажа по системе «До-Ин», японского массажа «Шиатсу», тайландского массажа.
31. Описать методики проведения гипотермического массажа, баночного и дренажного массажа.
32. Описать методики проведения непрямого массажа сердца, перкуссионного и рецептивно-релаксационного массажа.
33. Описать методики проведения анальгезирующего массажа.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

(см. Фонд оценочных средств)

4.2. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины.

5.1. Основная литература

Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Семестр	Используется при изучении разделов	Количество экземпляров	
			В библиотеке	На кафедре
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	
1. Лечебный массаж [Текст] : учебник / А. А. Бирюков. - М. : Академия, 2004. - 368 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - Лит-ра: с. 358. - Доп. УМО. - ISBN 5-7695-1405-1 : 181-00.	7	1, 2, 3	4	2
2. Большой справочник по массажу [Текст] / В. И. Васичкин. - СПб.; М. : Невская книга: Эксмо, 2002. - 448 с. : ил. - ISBN 5-04-010471-5 : 60-06.	7	1, 2, 3	1	
3. Массаж [Текст] : учебник / В. И. Дубровский. - М. : ВЛАДОС, 2001. - 496 с. : ил. - Словарь мед. терминов: с. 488-491. - Лит-ра: с. 492-493. - ISBN 5-691-00343-7 : 70-00.	7	1, 2, 3	1	

5.2. Дополнительная литература

Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Семестр	Используется при изучении разделов	Количество экземпляров	
			В библиотеке	На кафедре
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	
Массаж - спутник здоровья [Текст] : книга для учащихся / А. А. Бирюков. - М. : Просвещение, 1992. - 111 с. : ил. - (Школа здоровья). - ISBN 5-09-004078-8 : 7-50.	7	1, 2, 3	2	
Спортивный массаж [Текст] : учебное пособие / В. И. Дубровский. - Москва : Шаг, 1994. - 448 с. : ил. - Приложение: Спортивный массаж: программа для студентов фак. физкультуры педагогических ун-тов и ин-тов. - ISBN 5-86001-004-4 : 21-00.	7		1	

Массаж в борьбе с недугами [Текст] / А. А. Бирюков. - М. : Советский спорт, 1991. - 80 с. - (Физкультура для здоровья). - ISBN 5-85009-322-2 : 2-50.	7		1	
Самомассаж для всей семьи [Текст] / Анатолий Бирюков. - М. : Физкультура и спорт, 2002. - 188 с. - (Золотая библиотека здоровья). - Прилож. к журналу "Физкультура и спорт". - 50-40.	7		1	
Лечебная физическая культура и массаж [Текст] : программа курса / Я. С. Вайнбаум. - М. : Учебно-методическое объединение проф. физкультурного образования, 1996. - 10 с. - 7692-.	7		1	

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.04. 2018)).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.04. 2018)).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 15.04.2018).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).

3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2018)
11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (28.08.2018)
12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2018)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения лекций (видеопроектор, экран настенный по необходимости). Компьютерный класс (для выполнения компьютерных тестов).

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: отсутствует.

6.4. Требования к программному обеспечению процесса: отсутствуют.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

ПО

ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Коллоквиум – беседа преподавателя со студентами с целью выяснения их знаний; научное собрание с обсуждением докладов на определенную тему; форма учебного занятия в старшей школе, целью которого является систематизация, проверка и оценка результатов учебной работы старшеклассников в процессе собеседования по широкому кругу вопросов и творческой реконструкции фактов, раскрывающих содержание учебной темы.

Дискуссия — это групповое обсуждение проблем по заранее заданной теме. Участие в дискуссии обязательно для каждого студента. Студент должен изучить учебную и научную литературу по теме дискуссии, должен быть ориентирован в материале. Оцениваться будет не только степень активности в форуме, но, прежде всего, аргументированная позиция студента относительно поставленного в дискуссии вопроса.

Эссе — это свободное рассуждение студента по заданной теме. Главным критерием оценки эссе является как степень отражения в нем изученного материала, так и оригинальность подхода. Кроме этого не последнюю роль при оценке эссе играет способность студента аргументированно отстаивать свою точку зрения.

Пересечение тем» - сопоставление вновь изученного материала с ранее изученным, выявление сквозной проблематики по фактам, явлениям и процессам.

Работа индивидуально, в малых группах с дальнейшим обсуждением и дискуссией.

Лабораторные занятия предназначены для практического усвоения материала. В традиционной образовательной системе лабораторные занятия требуют специального оборудования, макетов, имитаторов, тренажеров и т.д. Эти возможности в дальнейшем могут существенно упростить задачу проведения лабораторного практикума за счет использования мультимедиа-технологий, имитационного моделирования и т.д.

Лабораторное занятие - это проведение студентами по заданию преподавателя опытов с использованием приборов, инструментов и других технических приспособлений, т. е. это изучение каких либо явлений с помощью специального оборудования. Лабораторные занятия часто носят исследовательский характер.

Метод лабораторных работ состоит в том, что студенты самостоятельно воспроизводят явления, всесторонне наблюдают их ход и течение или что-либо определяют.

Лабораторная работа - это практическое занятие, которое проводится как индивидуально так и с группой студентов.

Целью его является овладение системой средств и методов

экспериментально - практического исследования и расширение возможностей использования теоретических знаний для решения практических задач.

Подготовка отчетов по лабораторным работам, рефератов, презентаций и выступление студентов с докладами по определенной теме, во всех случаях предусматривают последующее обсуждение в форме дискуссии.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- чтение лекций с использованием слайд-презентаций
- возможность консультирования обучающихся преподавателями в любое время и в любой точке пространства посредством электронной почты
- компьютерное тестирование

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение)

Антивирус Kaspersky Endpoint Security (договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.);

Офисное приложение Libre Office (свободно распространяемое ПО);

Архиватор 7-zip (свободно распространяемое ПО);

Браузер изображений Fast Stone ImageViewer (свободно распространяемое ПО);

PDF ридер Foxit Reader (свободно распространяемое ПО);

Медиа проигрыватель VLC media player (свободно распространяемое ПО);

Запись дисков Image Burn (свободно распространяемое ПО);

DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in (свободно распространяемое ПО);

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

***Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине
для промежуточного контроля успеваемости***

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочных средств
.	Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа. Виды массажа.	ОК-6, ОПК- 2 ПК- 1,12	Зачет
.	Характеристика лечебного массажа. Методы лечебного массажа.		
.	Массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, при заболеваниях функциональных систем		

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК- 6	Способностью к самоорганизации и самообразованию	Знать	
		1.определения ключевых понятий и терминов; 2.особенности воздействия массажа на процессы, происходящие в организме человека; 3.общую характеристику основных приемов массажа и их физиологическое влияние	ОК-6 З 1,2,3
		Уметь	
		1.с учетом полученных знаний анализировать причины возникновения и механизмы развития заболеваний 2.прогнозировать исход восстановления нарушенных или временно утраченных функций при различных нозологических формах заболеваний; 3.оценивать функциональные возможности организма при проведении массажа в зависимости от возрастных физиологических особенностей	ОК-6 У 1,2,3
		Владеть	
		1.логикой выбора средств восстановления утраченных функций; 2.методикой проведения общего массажа 3.методикой массажа при спортивных повреждениях и травмах	ОК- 6 В 1,2,3

ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	Знать	
		1.закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека 2.причины и механизмы развития основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 3. закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	ОПК-2 З 1,2,3
		Уметь	
		1.подготавливать пациентов к массажу, осуществлять контроль за состоянием пациентов во время проведения процедур. 2.организовать проведение массажа в различных оздоровительных и спортивных учреждениях; 3.оказать доврачебную помощь пострадавшим при проведении массажа.	ОПК-2 У 1,2,3
ПК-1	готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	Владеть	
		1.знаниями закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 2.исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, 3.средствами и методами массажа, необходимыми для профилактики заболеваний и травм и последующей реабилитации.	ОПК-2 В 1,2,3
		Знать	
ПК-1		1.навыки практической деятельности использования массажа 2.методику выполнения основных массажных приемов 3.показания и противопоказания к массажу	ПК-1 З 1,2,3
		Уметь	
		1.применять различные методы и приемы массажа при различных заболеваниях 2.выполнять соответствующий массаж детям разного возраста, беременным женщинам и пожилым людям; 3.выполнять приемы самомассажа и спортивного массажа	ПК-1 У 1,2,3
		Владеть	
		1.практическими навыками в процессе врачебно-педагогического контроля состояния организма лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья	ПК-1 В 1,2,3

		2.показаниями и противопоказаниями к массажу 3.техникой массажа для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья	
ПК-12	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	Знать	
		1.историю возникновения и этапы развития массажа 2.теоретические знания по массажу и практические навыки проведения лечебного массажа 3. технику выполнения основных приемов классического и спортивного массажа	ПК-11 З 1,2,3
		Уметь	
		1.использовать в своей деятельности профессиональную лексику; 2.оценивать эффективность восстановительных процессов после процедуры массажа по динамике физиологических реакций. 3.использовать на практике знания, полученные при изучении теоретического материала	ПК-11 У 1,2,3
		Владеть	
		1.методикой массажа отдельных областей тела человека 2.общими основами организации, техники и методики массажа. 3.методикой массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ПК-11 В 1,2,3

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (Зачет)**

№ п/п	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Понятие о массаже.	ОК-6 31, У 1, В1, ОПК-2 3 1,У1 ПК 1 3 1, В 2
2	Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению.	ОК-6 31, ПК-1 У 1,В1 ПК-12 31, У1
3	Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.	ОК-6 31, ОПК-2 31, В1 ПК-1 31, У1
4	Техника и методика выполнения массажных приемов.	ОК-6 31, У 1 ОПК-2 31, В1 ПК 12 32, У1, В3
5	Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм	ОК-6 31, У1, В 3 ОПК-2 31, У 1,В 2 ПК-12 31, У2,В 1
6	Техника поглаживания	ОК-6 У 2,3, В1,2 ОПК-2 3 1,У 1, В2,3 ПК-1 31, У1
7	Техника растирания	ОПК 2 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 1 32, У 1, В2 ПК 12 32, У 3, В 2,3
8	Техника разминания	ОК 6 3 2,3 У 2, В 3 ОПК 2 32, У 2, В3 ПК 1 31, У2, В3
9	Техника вибрации	ОК 6 3 1, 2 В 2,3 ОПК 2 У2, В3 ПК 1 3 2, У 2, В3
10	Массаж при различных заболеваниях и травмах.	ОК 6 31,2 В 3 ОПК 2 32, У 2,3 ПК 12 31, 2, У 2, В 3
11	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях и повреждениях у спортсменов	ОПК 2 31,3 В 2 ПК 1 3 2,3 У 3, В1 ПК 12 32, У 3, В 2,3
12	Методика и механизм лечебного действия массажа при заболеваниях у спортсменов	ОК 6 3 1, 2 В 2,3 ОПК 2 У2, В3 ПК 1 3 2, У 2, В3
13	Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	ОПК 2 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 1 32, У 1, В2 ПК 12 32, У 3, В 2,3
14	Массаж при болезнях органов дыхания.	ОК 6 3 1, 2 В 2,3 ОПК 2 У2, В3 ПК 1 3 2, У 2, В3
15	Методика проведения массажа. Показания и противопоказания.	ОПК 2 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 1 32, У 1, В2 ПК 12 32, У 3, В 2,3
16	Основные понятия и термины массажа	ОК-6 31, У 1, В1, ОПК-2 3 1,У1 ПК 1 3 1, В 2

17	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж спины	ОК 6 3 2,3 У 2, В 3 ОПК 2 32, У 2, В3 ПК 1 31, У2, В3
18	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж верхних конечностей	ОПК 2 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 1 32, У 1, В2 ПК 12 32, У 3, В 2,3
19	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж нижних конечностей	ОК 6 3 1, 2 В 2,3 ПК 1 У2, В3 ПК 12 3 2, У 2, В3
20	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж шейно-воротниковой зоны	ОК-6 31, У 1, В1, ОПК-2 3 1,У1 ПК 1 3 1, В 2
21	Методика массажа отдельных областей тела человека Массаж груди и живота	ОК 6 3 2,3 У 2, В 3 ОПК 2 32, У 2, В3 ПК 1 31, У2, В3
22	Методика массажа для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК 2 3 1,2 У2,3 В 3 ПК 1 32, У 1, В2 ПК 12 32, У 3, В 2,3
23	Особенности сегментарно-рефлекторного массажа	ОК 6 3 1, 2 В 2,3 ОПК 2 У2, В3 ПК 1 3 2, У 2, В3
24	Лечебно-профилактическое действие массажа у детей и подростков	ОК-6 31, У 1, В1, ОПК-2 3 1,У1 ПК 1 3 1, В 2
25	Лечебно-профилактическое действие массажа у лиц пожилого возраста	ОК 6 3 2,3 У 2, В 3 ОПК 2 32, У 2, В3 ПК 12 31, У2, В3

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

(Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются по шкале «зачтено» - «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине «Массаж» (Таблица 2.5. Карта компетенций рабочей программы дисциплины).

«Зачтено» – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Зачтено» - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по

существому излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«Зачтено» - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Не зачтено» - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.