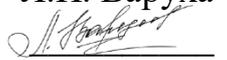


**Индивидуальный предприниматель  
Варуха Людмила Ивановна**

Утверждаю  
Л.И. Варуха  


**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Лифтинг Нефритити + техника Рычаг»  
(естественнонаучная направленность)**

Форма обучения – заочная

Общее количество часов – 5 часов

Составитель:  
Варуха Людмила Ивановна

г. Ставрополь, 2025 г.

## **1. Актуальность и отличительные особенности программы**

Повышение качества жизни и укрепление здоровья человека на современном этапе развития цивилизации – одна из центральных задач любого государства. Здоровье человека начинается с получения начальных знаний о строении человека. Полученные знания позволяют заложить основу осознанного принятия здорового образа жизни. Знания основ анатомии и физиологии человека позволяют понять причины и следствия заболеваний и осложнений. Здоровый образ жизни является залогом здоровья нации в целом.

Данная программа является актуальной, так как дает возможность каждому обучающемуся использовать полученные знания, умения и навыки в дальнейшей жизни для поддержания собственного здоровья и может помочь в профессиональном самоопределении. Отличительными особенностями и новизной данной программы является то, что она носит практико-ориентированный характер в области медицины и изучения здоровья человека. Программа содержит теоретические и практические вопросы изучения человеческого организма, его физиологических функций, профилактики их нарушений, направлена на изучение патологий организма, формирование умений и навыков диагностики нарушений в критических ситуациях и оказания неотложной помощи. Наряду с этим программа дает знания по биологии и экологии человека.

Программа имеет естественнонаучную направленность, так как на занятиях в единстве рассматривается не только информация по анатомии, физиологии, которая служит самопознанию, самовосприятию и самоуважению, но и даются углубленные знания о здоровом образе жизни и его составляющих, формирование критического мышления, собственных стратегий и технологий, прогнозирование последствий нарушения здоровья учащегося.

Уровень освоения: базовый. Программа расширяет имеющиеся знания обучающихся по биологии, предусматривает изучение основ медицинских знаний.

Специфичность программы и заключается в непосредственном погружении обучающихся в окружающую их жизнь, применение полученных знаний по основам медицинской науки, а также умений и навыков по сохранению здоровья себе, своим близким, а также всем нуждающимся.

### ***Педагогическая целесообразность:***

Программа призвана повысить компетентность обучающихся в области медицинской диагностики, а также в фундаментальных вопросах общей биологии и медицине в процессе работы над исследовательской темой или проектом. Обучающиеся приобретают навыки поиска и обработки информации, обмен опытом. Выполнение исследований в области диагностики современных болезней человечества способствует также профориентации обучающихся.

### ***Адресат программы:***

Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте старше 18 лет, желающих изучать азы медицинской науки, а также наделенным определенным багажом знаний в области медицины; планирующим связать свою деятельность с медициной, а также для всех желающих, кому важно собственное здоровье и умение оказывать помощь близким.

Для обучающихся, имеющим знания в области медицины возможно углубленное изучение данной программы.

### ***Цель программы:***

- формирование знаний и ценностей здорового образа жизни и правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма.

### ***Задачи:***

Образовательные (предметные):

- Обучить основным понятиям, терминам и определениям биологии человека, способствовать формированию системы доступных по возрасту медицинских знаний.
- Ознакомить с признаками нарушения физиологических процессов органов и

систем.

- Научить наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, заболеваний и их симптомов, показателей здоровья и функциональных возможностей организма.

- Содействовать приобретению навыков учебно-исследовательской деятельности по анатомии, физиологии и экологии человека.

- Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно – психологического компонента здорового образа жизни.

- Проводить профориентацию на профессии в области медицины, анатомии и физиологии, медико-биологических дисциплин в целом.

- Умение применить полученные знания и навыки в разных областях

Развивающие (метапредметные):

- Развивать память и рациональное мышление, наблюдательность и произвольное внимание на материале медицины и смежных областей.

- Развивать интерес к мыслительной и творческой деятельности, расширению эрудиции и углублению знаний.

- Создать условия для расширения кругозора, познакомить с новейшими достижениями медицины и смежных наук.

Воспитательные (личностные):

- Способствовать воспитанию и самовоспитанию таких качеств личности как патриотизм, доброта, стремление помогать другим и принимать помощь, терпимость и готовность к сотрудничеству.

- Воспитать потребность в поддержании собственного здоровья и здоровья окружающих, готовность к оказанию простейшей и допустимой помощи.

**Срок реализации программы:**

рассчитан на 3 дня (1 неделя).

**Объем программы:**

общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 5 учебных часов.

Теоретические и практические занятия проходят с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Все занятия имеют практико-ориентированный характер.

**Прогнозируемые результаты.**

Образовательные результаты (предметные): обучающиеся:

- будут знать основные понятия, термины и определения, овладеют начальными медицинскими знаниями;

- познакомятся с признаками нарушения физиологических процессов органов и систем, методами предупреждения возникновения и развития заболеваний, осложнений;

- научатся наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, заболеваний и их симптомов, показателей здоровья и функциональных возможностей организма;

- сформируется начальная мотивационная сфера гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно–психологического компонента здорового образа жизни и его пропаганды;

Практические умения, навыки, приобретаемые учащимися в процессе обучения:

- Знание строения и функций человеческого организма, отдельных органов и систем, составляющих здоровья человека.

- Умение опознавать некоторые нарушения функций организма и предупреждать развитие заболевания, осложнений.

- Навыки медицинской этики - формирование корректной модели поведения

**Способы определения результативности:**

Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся:

тесты (количество правильных ответов на поставленные вопросы, качество ответа – содержание, полнота, точность),

## 2. Содержание программы

### Учебный план

□ Для всех видов занятий 1 академический час устанавливается продолжительностью 40 минут.

№ п / п	Наименование модуля	Количество часов			Формы проведения промежуточной аттестации
		Всего	Лекция	Практика / Тестирование	
1	Анатомический механизм действия ботулотоксина типа А при лифтинге Нефертити, разбор мышц депрессоров нижней трети лица, классификация тяжелой платизмы, показания и противопоказания, методы определения анатомических границ, осложнения и способы их профилактики.	2	2		
2	Обзор кадавер-диссекции и послойного строения области нижней трети лица, безопасных уровней введения БТА, методов разметки, техники «Рычаг», дозировки и разведений токсина, а также особенности работы с анатомическими вариациями, группами риска и возрастными пациентами для достижения эффективного и безопасного лифтинга Нефертити.	2,5	2,5		
3	Итоговое занятие. Итоговая аттестация	0,5	0,5		тестирование
Итого		5	5		
Общая трудоемкость		5 академических часов			

### 1.1. Календарный учебный график

Наименование модуля	Количество часов	Период обучения
2. Анатомический механизм действия ботулотоксина типа А при лифтинге Нефертити, разбор мышц депрессоров нижней трети лица, классификация тяжелой платизмы, показания и противопоказания, методы определения анатомических границ, осложнения и способы	2	1 день

их профилактики.		
3. Обзор кадавер-диссекции и послойного строения области нижней трети лица, безопасных уровней введения БТА, методов разметки, техники «Рычаг», дозировки и разведений токсина, а также особенности работы с анатомическими вариациями, группами риска и возрастными пациентами для достижения эффективного и безопасного лифтинга Нефертити.	2,5	2-3 день
4. Итоговое занятие. Итоговая аттестация	0,5	

## 1.2. Рабочие программы модулей

Наименование модуля	Содержание модуля	Общая трудоемкость в ак. часах
1. Анатомический механизм действия ботулотоксина типа А при лифтинге Нефертити, разбор мышц депрессоров нижней трети лица, классификация тяжей платизмы, показания и противопоказания, методы определения анатомических границ, осложнения и способы их профилактики.	<p>Анатомический механизм действия БТА тип А при лифтинге Нефертити</p> <p>Анатомический разбор мышц депрессоров нижней трети</p> <p>Основная мышца лифтинга в нижней трети лица.</p> <p>Анатомическое правило межмышечного баланса</p> <p>Показания и противопоказания к процедуре лифтинга Нефертити</p> <p>Демонстрация правильно мимической пробы для определения анатомических границ мышц мишени</p> <p>Разбор основной функции мышцы лифтинга M.Platisma:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тяжи M.Platisma: классификация и основная функция</li> <li>- латеральные тяжи платизмы</li> <li>- медиальные тяжи платизмы</li> <li>- центральные тяжи платизмы</li> <li>- спящие тяжи</li> <li>- тяжи-дублёры</li> </ul> <p>Показания для инъекций БТА тип А</p> <p>Как определить тяжи платизмы — демонстрация на пациентах</p> <p>Алгоритм работы с тяжами платизмы + детальный разбор</p> <p>Анатомические ловушки — определяем маршрут, куда категорически не рекомендовано вводить БТА</p> <p>Техники лифтинга Нефертити в 5 точек, которые не дают результат</p> <p>Анатомические портреты пациентов, которые не получают эффект лифтинга. Разбор главных ошибок</p> <p>Осложнения: улыбка Джокера, нарушение глотания, ощущение кома в горле. Как научиться выявлять пациентов из группы риска, правильно определять зоны, куда нельзя вводить токсин, и работать без осложнений</p>	2
2. Обзор кадавер-диссекции и послойного строения области нижней трети лица, безопасных	<p>Кадавр-диссекция области нижней трети. Послойное строение</p> <p>Анатомические ловушки, безопасный уровень введения БТА</p> <p>Детальный разбор эффективной разметки лифтинга Нефертити на пациентах</p> <p>Разбор техники «Рычаг» — как работает методика, какие есть показания и противопоказания</p> <p>Пациента группы риска — разбор анатомических портретов</p>	2,5

<p>уровней введения БТА, методов разметки, техники «Рычаг», дозировки и разведений токсина, а также особенности работы с анатомическими вариациями, группами риска и возрастными пациентами для достижения эффективного и безопасного лифтинга Нефертити.</p>	<p>Расчёт эффективных дозировок для работы в технике «Рычаг» и лифтинг Нефертити          Как выбрать эффективное разведение БТА: стандарт или концентрат          Работа с тяжами платизмы — основы разметки, которая даёт результат, назначение эффективных безопасных дозировок          Как избежать появления эффекта «корня дуба»          Центральные тяжи платизмы — можно ли работать безопасно в данной области          На приёме пациенты с асимметрией до БТА. Какой результат мы можем прогнозировать. Алгоритм работы с данной группой          Возрастные пациенты: детальный разбор анатомических портретов пациентов. Алгоритм безопасной практики          Демонстрация на пациентах безопасной и эффективной техники лифтинг Нефертити, тяжи платизмы и эффект Рычаг</p>	
<p>3. Итоговое занятие. Итоговая аттестация</p>	<p>Подведение итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы. Тестирование</p>	<p>0,5</p>

## 2. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Настоящей программой предусмотрена итоговая аттестация.

Итоговая аттестация проводится в виде тестирования

Приложение №1.

### Приложение 1 Оценочные средства

#### Тестирование.

1. Разметка в проекции Модииолус является абсолютно безопасной

- a) да
- b) нет

2. Неврологическая патология является противопоказанием к лифтингу Нефертити

- a) да
- b) нет

3. в проекции центральных тяжей платизмы если есть показания бта , тяжи платизмы безопаснее работать разведением концентрат или стандарт

- a) Концентрат
- b) Стандарт

4. Осложнение ком в горле происходит

- a) Из за диффузии бта в грудино ключично сосцевидную мышцу
- b) Из за диффузии бта в проекцию мышц участвующих в акте глотания( прав)

5. Безопасно ли корректировать бта грудино-ключично-сосцевидную мышцу

- a) да
- b) нет

### **Материально-техническое обеспечение программы**

Для реализации программного материала имеется следующее материально-техническое оборудование: Точка беспроводного доступа в интернет (Wi-Fi), компьютер с монитором (1), ноутбук (1), многофункциональное устройство (1).

Информационное обеспечение

- Фото- и Видео-материалы с Интернет-источники:
- Российская государственная библиотека.

### **Список литературы**

#### **Нормативная правовая документация**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (действующая редакция).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".

#### **Учебно-методическая литература**

1. Агаджанян Н.А. Резервы нашего организма / Николай Агаджанян, Алексей Катков. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : Знание, 1990. - 140 с.
2. Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах. 8-11 классы / авт.-сост. М.М.Боднарук, Н.В.Ковылина. – Волгоград: Учитель, 2007. – 138 с.
3. Носаль М.А., Носаль М.М. Травник, Дом. библ-ка, 7.- М.: Издательство «Лукоморье», Темп МБ, 1999 – 319 с.
4. Популярный медицинский справочник. [Под общ.ред. С.Н.Васильева]. – 2-е изд., перераб. – М.: Вече, 2015. – 352 с.
5. Справочник практического врача/ Сост. В.И.Бородулин; Под ред. А.И.Воробьева. – 9-е изд., перераб. и доп. – М.: ООО «Издательский дом «ОНИКС 21 век»; ООО «Издательство «Мир и Образование», 2003. – 816 с. 10. Человек : полная энциклопедия /Ю.К.Школьник – М.: Эксмо, 2020. – 256 с
6. Азбука ботулинотерапии / под редакцией С.Л Тимербаевой - Издательство Практическая медицина, 2018
7. Руководство по ботулинотерапии / Под редакцией А.Каррадерз и Д.Каррадерз Перед с английского под редакцией С.Л Тимербаевой – Издательство Практическая медицина, 2015

**Интернет-ресурсы**

1. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (ИС "Единое окно "): <http://window.edu.ru>.
2. Естественно –научный образовательный портал: <http://www.en.edu.ru/>.
3. Сайт «Элементы большой науки»: <http://www.elementy.ru>
4. "Анатомия здоровья". <https://anatomiya-zdoroviya.ru/vse-o-zdorove>
5. "Основы медицинских знаний" <http://abc-medicina.ru/>