



PROGRAM STAŻU SZKOLENIOWEGO DLA NAUCZYCIELI W ZAWODZIE TECHNIK MASAŻYSTA

Symbol cyfrowy 322[12]



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

Spis treści

Wprowadzenie

I. Założenia programowo-organizacyjne stażu.

1. Charakterystyka zawodu- masażysta.
2. Organizacja stażu.
 - 2.1. Wymiar stażu.
 - 2.2. Plan stażu.
 - 2.3. Regulamin stażu.
 - 2.4. Dokumentacja stażu.

II. Planowany przebieg stażu.

Moduł I – Szpital - gabinet masażu.

1. Cele stażu.
2. Zakres pracy/ obserwacji.

Moduł II – Sanatorium

1. Cele stażu.
2. Zakres pracy/ obserwacji.

Moduł III – Prywatny gabinet fizjoterapii/ masażu.

1. Cele stażu.
2. Zakres pracy/ obserwacji.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

Wprowadzenie

Program stażu szkoleniowego dla nauczycieli zawodu masażysty został napisany w celu stworzenia warunków do pogłębienia przez nich swojej dotychczasowej wiedzy i umiejętności praktycznych. Daje on możliwości poznania nowych metod masażu, a także poszerzenia swojej wiedzy w zakresie wykorzystania nowych technologii w skuteczności leczenia poprzez masaż.

W trakcie praktyki słuchacze będą mieli możliwość bezpośredniej obserwacji lub praktyki w różnych, przyszłych miejscach pracy ich uczniów. Pozwoli to nauczycielom zawodu na zweryfikowanie swych dotychczasowych działań dydaktycznych, co spowoduje lepsze przygotowanie przyszłych masażystów do pracy zawodowej.

Oprócz tego program daje możliwości poszerzania swoich zainteresowań indywidualnych oraz wynikających ze specyfiki wykonywanego zawodu.

I. Założenia programowo-organizacyjne stażu.

1. Masażysta – charakterystyka zawodu.

Podstawowym zadaniem masażysty jest leczenie i wspomaganie rehabilitacji poprzez dotyk i inne zabiegi manualne, które przez powierzchnię ciała działają na mięśnie, układ krążenia, układ nerwowy i narządy wewnętrzne.

Działania masażysty mają na celu zwiększenie ogólnej odporności organizmu, wspomagają procesy wypoczynkowe po wysiłku fizycznym, łagodzą napięcie psychiczne, działają odprężająco i relaksująco.

Celem pracy masażysty jest swoista terapia bólu, przywracanie funkcji mięśniom, zwiększanie ukrwienia masowanego organu, pobudzanie przemiany materii i ewakuowania szkodliwych jej produktów. Podstawowym narzędziem pracy masażysty są jego ręce. Pięć najważniejszych czynności, jakie masażysta pracy wykonuje to: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie, wibracja. Czynności te wykonywane są z modyfikacjami w zależności od typu schorzenia, stanu pacjenta, zalecenia lekarskiego.

Masażysta stosuje też akupresurę, czyli masaż według systemu dalekowschodniego, polegający na ugniataniu określonych punktów na ciele człowieka. Ucisk ten aktywizuje nerw i w ten sposób pobudza odpowiedni organ do prawidłowego działania.

Do wykonywania zawodu masażysty niezbędna jest szeroka wiedza z zakresu fizjologii i anatomii człowieka. Konieczna jest ścisła współpraca masażysty z lekarzami różnych specjalności (ortopedami, neurologami, chirurgami).

Oprócz masażu ręcznego, masażysta stosuje metody fizykoterapeutyczne, takie jak:

- hydroterapia (leczenie wodą, np.: solanki, sauny, bicze, wirówki),
- elektroterapia (leczenie prądem, np.: jonoforeza, galwanizacje),
- zabiegi ciepłownicze (okłady parafinowe),
- kinezyterapia (leczenie ruchem).



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

Masażysta posługuje się również urządzeniami mechanicznymi, np. wibratorami, które pozwalają na zwiększenie siły i głębokości oddziaływania masażu, trudnego do uzyskania wyłącznie przy pomocy rąk.

Ważnym aspektem pracy masażyisty jest jego funkcja instruktażowa, polegająca na udzielaniu rad i wskazówek, co do samodzielnego wykonywania ćwiczeń w celu podtrzymania ciągłości terapii.

2. Organizacja stażu.

2.1. Wymiar stażu:

20 godzin w placówce wymienionej w module I.

33 godzin w placówce wymienionej w module II.

27 godzin w placówce wymienionej w module III.

2.2. Plan stażu:

Moduł	Nazwa placówki	Odziały/działy/wydziały, w których odbędzie się praktyka	Liczba godzin	Termin
Moduł I	Szpital	gabinet rehabilitacji	24	
Moduł II	Sanatorium	Gabinet masażu	32	
Moduł III	Prywatny gabinet fizjoterapii/masażu	Gabinet fizjoterapii	24	
razem			80 godzin	

2.3. Regulamin stażu:

Regulamin stażu jest załącznikiem do niniejszego programu.

2.4. Dokumentacja stażu:

Uczestnicy dokumentują przebieg stażu w formie dzienniczka. Zapisy dokonywane w dzienniku będą uwzględniać termin i miejsce odbywania stażu, jego czas, tematy zajęć praktycznych, zakres wykonywanych prac i spostrzeżenia uczestnika związane z odbywanymi zajęciami. Realizacja stażu w każdej placówce powinna być potwierdzona przez pracownika placówki – opiekuna stażu.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

II. Planowany przebieg stażu.

MODUŁ I

PLACÓWKA STAŻOWA- Szpital / gabinet rehabilitacji.

Przed rozpoczęciem praktyki słuchacz powinien zapoznać się z celem i regulaminem praktyki.

Cele ogólne praktyki zawodowej:

- Zdobywanie przez nauczycieli zawodu wiedzy praktycznej, a tym samym zwiększenie skuteczności procesu nauczania przedmiotów zawodowych i dostosowanie ich do współczesnego rynku pracy.
- Pogłębienie i aktualizowanie wiedzy w celu podniesienia kompetencji zawodowych.
- Pobudzenie do kształcenia ustawicznego.

W wyniku procesu kształcenia podczas praktyki uczestnik powinien umieć:

- Określić strukturę organizacyjną placówki;
- Posługiwać nowoczesnym sprzętem wspomagającym rehabilitację w zakresie masażu;
- Znać dokumentację medyczną.
- Znać różne techniki masażu, również niekonwencjonalne.

L.p.	Temat zajęć	Zakres pracy, obserwacji	Liczba godzin
1.	Program zajęć.	Określić cele i program stażu zawodowego oraz stosowane kryteria zaliczenia stażu.	1
2.	Obszar, struktura i działanie w zakresie rehabilitacji w szpitalu.	Znać strukturę i organizację rehabilitacji w zakresie masażu w fizjoterapii szpitalnej.	2
3.	Przygotowanie i prowadzenie dokumentacji.	Znać rodzaje dokumentacji prowadzonej w dziale rehabilitacji szpitalnej.	3
4.	Obsługa i wykorzystanie lamp na podczerwień.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	2
5.	Obsługa i wykorzystanie laseru.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	2
6.	Obsługa i wykorzystanie magnetotronu.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	2
7.	Obsługa i wykorzystanie głowicy ultradźwiękowej.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	2
8.	Masaż klasyczny- wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż klasyczny.	2



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

9.	Masaż leczniczy - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż leczniczy.	2
10.	Masaż kręgosłupa - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż kręgosłupa.	2
11.	Masaż sportowy - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż sportowy.	2
12.	Masaż segmentarny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż segmentalny.	2
razem			24

MODUŁ II

PLACÓWKA STAŻOWA - Sanatorium

Przed rozpoczęciem praktyki słuchacz powinien zapoznać się z celem i regulaminem praktyki.

Cele ogólne praktyki zawodowej:

- Zdobywanie przez nauczycieli zawodu wiedzy praktycznej, a tym samym zwiększenie skuteczności procesu nauczania przedmiotów zawodowych i dostosowanie ich do współczesnego rynku pracy.
- Pogłębienie i aktualizowanie wiedzy w celu podniesienia kompetencji zawodowych.
- Pobudzenie do kształcenia ustawicznego.

W wyniku procesu kształcenia podczas praktyki uczestnik powinien umieć:

- Określić strukturę organizacyjną placówki.
- Posługiwać nowoczesnym sprzętem wspomagającym rehabilitację w zakresie masażu.
- Znać dokumentację medyczną.
- Znać różne techniki masażu, również niekonwencjonalne.

Znać zabiegi wspomagające poprawę stanu zdrowia pacjenta.

L.p.	Temat zajęć	Zakres pracy, obserwacji	Liczba godzin
1.	Program zajęć, kryteria oceny.	Określić cele i program stażu zawodowego oraz stosowane kryteria zaliczenia stażu.	1
2.	Obszar, struktura i działanie w zakresie rehabilitacji w szpitalu.	Znać strukturę i organizację rehabilitacji w zakresie masażu w fizjoterapii szpitalnej.	1
3.	Przygotowanie i prowadzenie dokumentacji.	Znać rodzaje dokumentacji prowadzonej w dziale rehabilitacji szpitalnej.	1



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

4.	Obsługa i wykorzystanie lamp na podczerwień.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
5.	Obsługa i wykorzystanie laseru.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
6.	Obsługa i wykorzystanie magnetotronu.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
7.	Obsługa i wykorzystanie głowicy ultradźwiękowej.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
8.	Masaż klasyczny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż klasyczny.	1
9.	Masaż leczniczy - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż leczniczy.	1
10.	Kręgosłupa - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż kręgosłupa.	1
11.	Sportowy - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż sportowy.	1
12.	Segmentarny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż segmentalny.	1
13.	Relaksacyjny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż relaksacyjny.	2
14.	Izometryczny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż izometryczny.	2
15.	Akupresura - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż metodą akupresury.	2
16.	Odchudzający - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż odchudzający.	2
17.	Ma-Uri - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż Ma-Uri.	2
18.	Limfatyczny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż limfatyczny.	2
19.	Drenaż limfatyczny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż metodą drenażu limfatycznego.	2
20.	Podwodny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż podwodny.	2
21.	Wodny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż wodny.	1
22.	Ipsilateralny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż ipsilateralny.	1
23.	Kontrateralny - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż kontrateralny.	2
razem			32



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

MODUŁ III

PLACÓWKA STAŻOWA - Prywatny gabinet fizjoterapii/masażu

Przed rozpoczęciem praktyki słuchacz powinien zapoznać się z celem i regulaminem praktyki.

Cele ogólne praktyki zawodowej:

- Zdobywanie przez nauczycieli zawodu wiedzy praktycznej, a tym samym zwiększenie skuteczności procesu nauczania przedmiotów zawodowych i dostosowanie ich do współczesnego rynku pracy.
- Pogłębienie i aktualizowanie wiedzy w celu podniesienia kompetencji zawodowych.
- Pobudzenie do kształcenia ustawicznego.

W wyniku procesu kształcenia podczas praktyki uczestnik powinien umieć:

- Określić strukturę organizacyjną placówek.
- Posługiwać nowoczesnym sprzętem wspomagającym rehabilitację w zakresie masażu.
- Znać dokumentację medyczną.
- Znać niekonwencjonalne techniki masażu.

Znać zabiegi wspomagające poprawę stanu zdrowia pacjenta.

L.p.	Temat zajęć	Zakres pracy, obserwacji	Liczba godzin
1.	Program zajęć.	Określić cele i program stażu zawodowego oraz stosowane kryteria zaliczenia stażu.	1
2.	Obszar, struktura i działanie w zakresie rehabilitacji w prywatnym gabinecie fizjoterapii/masażu.	Znać strukturę i organizację rehabilitacji w zakresie masażu w fizjoterapii w gabinecie prywatnym.	1
3.	Przygotowanie i prowadzenie dokumentacji.	Znać rodzaje dokumentacji prowadzonej w dziale rehabilitacji szpitalnej.	1
4.	Obsługa i wykorzystanie lamp na podczerwień.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
5.	Obsługa i wykorzystanie laseru.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
6.	Obsługa i wykorzystanie agnetotronu.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
7.	Obsługa i wykorzystanie głowicy ultradźwiękowej.	Znać zastosowanie, działanie i zasady bezpiecznej obsługi.	1
8.	Ma-Uri - wskazania i przeciwwskazania.	Znać podstawy masażu Ma-Uri.	1



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Technik masażysta

9.	Twarzy - wskazania i przeciwwskazania.	Umieć wykonać masaż twarzy.	1
10.	Ajurwedyjski- wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu ajurwedyjskiego.	1
11.	Lomi-Lomi- wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu Lomi-Lomi.	1
12.	Aromaterapeutyczny- wskazania i przeciwwskazania.	Wykonuje masaż aromaterapeutyczny.	1
13.	Tybetański - wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu tybetańskiego.	1
14.	Tajski - wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu tajskiego.	1
15.	Gorącymi kamieniami- wskazania i przeciwwskazania.	Wykonuje masaż gorącymi kamieniami.	2
16.	Bańkami - wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu bańkami.	2
17.	Kosmetyczny - wskazania i przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu kosmetycznego.	2
18.	Shiatsu - wskazania przeciwwskazania.	Zna podstawy masażu Shiatsu.	2
19.	Stemplami.	Zna podstawy masażu stemplami.	2
razem			24



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Człowiek - najlepsza inwestycja

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego