



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Masér

CZ.1.07/3.2.13/04.0013

VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

Sportovní masáž

(69-037-M)



ANO Trading

2013

Obsah

1. IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE PROGRAMU DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ	3
2. PROFIL ABSOLVENTA.....	4
VÝSLEDKY VZDĚLÁVÁNÍ.....	4
MOŽNOSTI PRACOVNÍHO UPLATNĚNÍ ABSOLVENTA	4
3. CHARAKTERISTIKA PROGRAMU DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ	5
POJETÍ A CÍLE VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	5
CHARAKTERISTIKA OBSAHU VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	5
ORGANIZACE VÝUKY	6
METODICKÉ POSTUPY VÝUKY	6
POSTUPY HODNOCENÍ VÝUKY	6
VSTUPNÍ PŘEDPOKLADY	6
4. UČEBNÍ PLÁN	7
5. MODULY PROGRAMU DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ	9
PŘÍLOHA Č. 1 - ZPŮSOB ZJIŠŤOVÁNÍ ZPĚTNÉ VAZBY OD ÚČASTNÍKŮ	19
PŘÍLOHA Č. 2 - PRVOTNÍ EVALUACE PROGRAMU DV SOCIÁLNÍMI PARTNERY	20
PŘÍLOHA Č. 3 – DISTRIBUCE KOMPETENCÍ Z HODNOTICÍHO STANDARDU DO JEDNOTLIVÝCH MODULŮ	21
PŘÍLOHA Č. 4 – SOUHRNNÝ PŘEHLED STUDIJNÍ LITERATURY A DALŠÍCH INFORMAČNÍCH ZDROJŮ	23
PŘÍLOHA Č. 5 – ROZPOČET PRO REALIZACI VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	24

1. Identifikační údaje programu dalšího vzdělávání

Název vzdělávací instituce	ANO Trading s.r.o.
Adresa vzdělávací instituce	Kříčkova 417, 530 09 Pardubice
Název vzdělávacího programu	Sportovní masáž
Typ vzdělávacího programu	
Vstupní požadavky na uchazeče	<ul style="list-style-type: none">• minimálně základní vzdělání• věk - minimálně 18 let
Podmínky zdravotní způsobilosti uchazeče	nejsou stanoveny
Forma studia	Kombinovaná (prezenční a distanční studium)
Délka studia	130 hodin
Způsob ukončení	Zkouška dle zákona 179/2006 Sb. dle hodnoticího standardu PK Sportovní masáž (69-037-M)
Získaná kvalifikace	Profesní kvalifikace Sportovní masáž (69-037-M)
Certifikát	Osvědčení o získání profesní kvalifikace Sportovní masáž (69-037-M)
Autor	Ing. Miroslav Semerád

2. Profil absolventa

Cílem vzdělávacího programu **Sportovní masáž (69-037-M)** je připravit uchazeče na výkon pracovní pozice Masér. Vzdělávací program je vytvořen v souladu s hodnotícím a kvalifikačním standardem pro profesní kvalifikaci Sportovní masáž (69-037-M) uvedeným v Národní soustavě kvalifikací. Po absolvování vzdělávacího programu bude uchazeč schopen úspěšně složit zkoušku z této profesní kvalifikace a uplatnit se ve svém povolání.

Výsledky vzdělávání

Absolvent vzdělávacího programu je schopen:

- navázat kontakt s klientem,
- stanovit fyzický, psychický a sociální stav klienta,
- vykonat ruční masáž celého těla – sportovní a rekondiční masáž, pohotovostní masáž,
- aplikovat masážní přípravky při masáží klientů,
- objednávat přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny u dodavatelů,
- dodržovat zdravotně-hygienické předpisy,
- skladovat a používat masérské přípravky, pomůcky a přístroje.

Poznámka: Uvedené výsledky vzdělávání zcela korespondují s kvalifikačním standardem profesní kvalifikace Sportovní masáž (69-037-M), tak jak je uveden v Národní soustavě kvalifikací (NSK).

Možnosti pracovního uplatnění absolventa

Absolvent vzdělávacího programu se uplatní jako masér základních typů masáží – sportovní, rekondiční a pohotovostní pro širokou veřejnost.

3. Charakteristika programu dalšího vzdělávání

Pojetí a cíle vzdělávacího programu

Základním cílem vzdělávacího programu **Sportovní masáž (69-037-M)** je připravit uchazeče na výkon povolání maséra poskytovaného jako služba klientům z řad veřejnosti. Pojetí programu úzce koresponduje s nároky hodnoticího standardu, dle kterého bude v závěru kurzu ověřováno, zda uchazeči disponují potřebnými znalostmi a dovednostmi. Vzdělávací program tedy směřuje nejen k zvládnutí teorie základních druhů masáží, ale také ke schopnosti prakticky vykonávat masérskou činnost včetně udržování potřebného zázemí a dodržování zejména zdravotně-hygienických předpisů.

Charakteristika obsahu vzdělávacího programu

Vzdělávací program je složen ze čtyř povinných výukových modulů:

Modul 01 – Klient masérských služeb

Cílem modulu **Klient masérských služeb** je naučit uchazeče správnému jednání s klientem již před první návštěvou včetně jeho diagnostiky. Uchazeč bude seznámen s postupem úvodního rozhovoru vedoucího k poznání klientova zdravotního s psychického stavu včetně důvodu potřeby masáže. Uchazeč se tím naučí volit správný postup v typických situacích jednání masér-klient. V modulu jsou používány metody výkladu a procvičování.

Modul 02 – Vykonávání ručních masáží celého těla

Výukový modul **Vykonávání ručních masáží celého těla** je koncipován jako teoreticko – praktický a je zaměřen na získání základních poznatků a praktických dovedností při poskytování pohotovostní masáže před sportovním výkonem, masáže celého těla a aplikace masážních přípravků. Cílem modulu je, pomocí zvládnutí teoretického výkladu anatomie svalů lidského těla a jejich vlastností naučit se zejména pohotovostní, sportovní a rekondiční masáž. Praktické dovednosti, které uchazeč studia tohoto modulu získává, jsou zaměřeny především na schopnost zvolit pro každého klienta správný individuální přístup a postup masáže včetně masážního prostředku, doporučit intervaly následujících masáží a správně vyhodnotit opatření vedoucí k redukci stávajících či hrozících negativních příznaků.

Modul 03 – Přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny

Absolvent modulu **Přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny** získá přehled o masážních pomůckách a přístrojích dostupných na trhu, dále je schopen vyjmenovat emulzní přípravky včetně jejich složení, které pak udává jejich použití a způsob aplikace. Uchazeč je seznámen se základním spektrem možností, kde jednotlivé přípravky a přístroje nakoupit – tedy zejména internetový zdroj. Náplní tohoto modulu je také problematika skladování a efektivní objednávání všech masérských potřeb s ohledem na zabezpečení bezproblémového chodu masážního salónu versus optimální zásoba z hlediska vázání peněžních prostředků. Výuka v tomto modulu je distanční formou.

Modul 04 – Dodržování zdravotně-hygienických předpisů

Modul **Dodržování zdravotně-hygienických předpisů** je zaměřen na zlepšení uchazečova povědomí o nutnosti vykonávání masérské činnosti tak, aby nebyly porušovány žádné ze zdravotních a hygienických předpisů. Uchazeč musí umět popsat hygienické podmínky masáže, udržovat hygienu pracovních pomůcek a mezi jeho základní předpoklady patří vlastní osobní hygiena. Znalost výše zmíněného s sebou nese především zvládnutí hygienických norem. Nedílnou součástí výuky tohoto modulu je i přehled z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka a schopnost prakticky zvládnout základy první pomoci.

Organizace výuky

Vzdělávací program má kombinovanou formu, 70 hodin proběhne prezenčně s ohledem na praktickou výuku, která je nezastupitelná a 60 hodin proběhne distančně, prostřednictvím e-learningu, což bude u modulů, kde se vyžadují teoretické znalosti. Prezenční studium probíhá v učebnách vybavených multimediálními didaktickými prostředky, které umožňují prezentovat texty, obrázky, prezentace, včetně PC s přístupem na internet.

Metodické postupy výuky

Ve vzdělávacím programu jsou uplatňovány následující výukové metody:

- výklad
- power-pointové prezentace
- praktický nácvik masérských hmatů
- studium podporované studijními materiály
- e-learning
- diskuse

Postupy hodnocení výuky

Lektoři vzdělávacího programu uplatňují pro hodnocení výsledků vzdělávání formativní hodnocení.

V jednotlivých modulech jsou procvičovány úkoly, které budou součástí hodnotících procedur.

V závěru vzdělávacího kurzu proběhne zkouška dle zákona 179/2006 Sb., a to dle hodnotícího standardu pro profesní kvalifikaci Sportovní masáž. Zkouška proběhne u autorizované osoby.

Vstupní předpoklady

Účast ve vzdělávacím programu je otevřena mužům i ženám.

Uchazeči musí ovládat český jazyk. Cizí státní příslušníci dokládají znalost českého jazyka příslušným certifikátem.

Vstupním předpokladem pro zájemce o absolvování vzdělávacího programu je dosažení plnoletosti a získání alespoň základního vzdělání.

Zdravotní stav postačující k účasti ve vzdělávacím programu není definován, ale doporučuje se, aby uchazeč o účast ve vzdělávacím kurzu splňoval zdravotní požadavky stanovené pro tuto činnost.

4. Učební plán

Sportovní masáž (69-037-M)

Název modulu	Kód modulu	Hodinové dotace	
		prezenčně	distančně

POVINNÉ MODULY				
Klient masérských služeb	01	20	10	
Vykonávání ručních masáží celého těla	02	50	20	
Přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny	03	0	20	
Dodržování zdravotně-hygienických předpisů	04	0	10	
		70	60	Součty
		130		CELKEM

POVINNĚ VOLITELNÉ MODULY				
V programu nejsou zařazeny povinně volitelné moduly.				

VOLITELNÉ MODULY				
V programu nejsou zařazeny volitelné moduly.				

Optimální trajektorie:

01 / 02 / 03 / 04

Vysvětlivky: Šipka mezi kódy modulů (→) znamená, že modul za šipkou může být studován až po absolvování modulu před šipkou. Lomítko mezi moduly (/) znamená, že dané moduly mohou být studovány v libovolném pořadí nebo souběžně. Použití závorek znamená, že označená skupina modulů je soudržným celkem z hlediska závaznosti či volitelnosti pořadí.

5. Moduly programu dalšího vzdělávání

Název modulu	Klient masérských služeb	Kód	01
Délka modulu	30 hodin (20 hodin prezenčně+10 hodin distančně)	Platnost	
Typ modulu	povinný		
Vstupní předpoklady	Viz. vstupní předpoklady do vzdělávacího programu		
Stručná anotace vymežující cíle modulu			
<p>Cílem modulu Klient masérských služeb je naučit uchazeče správnému jednání s klientem nejen při první návštěvě včetně jeho diagnostiky. Uchazeč bude seznámen s postupem úvodního rozhovoru vedoucího k poznání klientova zdravotního a psychického stavu včetně důvodu potřeby masáže. Uchazeč se tím naučí volit správný postup v typických situacích jednání masér-klient. V modulu jsou používány metody výkladu a procvičování.</p>			
Předpokládané výsledky výuky			
Absolvent modulu bude schopen:			
<ol style="list-style-type: none"> Popsat a předvést komunikaci s klientem (komunikace po telefonu, objednání klienta, rozhovor a příprava na masáž), Popsat specifika jednání s hendikepovanými klienty, Volit vhodné strategie pro snižování tenze z narušení osobního pole u klienta, Volit vhodné komunikační strategie s různými typy klientů (ostýchavý, agresivní, přecitlivělý), Zajistit soubor informací potřebných k bližší analýze pohybového stavu klienta (anamnézu), Orientačně prověřit aktuální stav klienta pohledem a pohmatem (kožní napětí, kožní citlivost a bolestivost, zvýšená potivost), Provést systémové vyšetření pohybového systému klienta (základní funkční testy svalové aktivity, základní funkční testy kloubní pohyblivosti apod.), Objektivně vyhodnotit aktuální stav pohybového systému, Vyhotovit kartu klienta. 			
Učivo / obsah výuky			
<ul style="list-style-type: none"> • kontakt s klientem <ul style="list-style-type: none"> ○ komunikace s klientem (komunikace po telefonu, objednání klienta, rozhovor a příprava na masáž), ○ specifika spojená s jednáním s hendikepovanými klienty, ○ volba vhodných strategií pro snižování tenze z narušení osobního pole u klienta, ○ volba vhodných komunikačních strategií s různými typy klientů (ostýchavý, agresivní, přecitlivělý). • stanovení fyzického, psychického a sociálního stavu klienta <ul style="list-style-type: none"> ○ zajištění souboru informací potřebných k bližší analýze pohybového stavu klienta (anamnézu), ○ orientačně prověřit aktuální stav klienta pohledem a pohmatem (kožní napětí, kožní citlivost a bolestivost, zvýšená potivost), ○ provést systémové vyšetření pohybového systému klienta (základní funkční testy 			

- svalové aktivity, základní funkční testy kloubní pohyblivosti apod.),
- objektivně vyhodnotit aktuální stav pohybového systému,
- vyhotovit kartu klienta.

Doporučené postupy výuky

V prezenční části výuky jde o výklad podpořený power-pointovou prezentací s praktickými ukázkami komunikace s klientem.

V distanční části výuky jde o samostudium podporované formou e-learningu.

Způsob ukončení modulu

V průběhu výuky bude lektor pozorovat práci jednotlivých účastníků, na základě cíleného pozorování a řízeného rozhovoru (problémového dotazování) rozhodne, zda účastník dosáhl požadovaných výsledků, či zda jich nedosáhl. Pokud lektor nebude přesvědčen o tom, že účastník všech požadovaných výstupů modulu skutečně dosáhl, zadá účastníkovi úkol, na kterém účastník prokáže/neprokáže, že potřebnými výstupy disponuje.

Ústně bude ověřen výstup 1,2.4,2.5.

Osvojení požadovaných výstupů tohoto modulu pozoruje a hodnotí lektor při všech relevantních praktických činnostech účastníků vzdělávání v průběhu realizace všech výukových modulů programu. Mimořádnou pozornost věnuje hodnocení dosažení výsledků 1.1 a 2.

Parametry pro hodnocení výsledků výuky

výsledek výuky	parametry pro hodnocení
ad a)	Vhodnost komunikace s klientem (komunikace po telefonu, objednání klienta, rozhovor a příprava na masáž).
ad b)	Úplnost výčtu specifík spojených s jednáním s hendikepovanými klienty.
ad c)	Správné určení vhodných strategií pro snižování tenze z narušení osobního pole u klienta.
ad d)	Správnost volby vhodných komunikačních strategií s různými typy klientů (ostýchavý, agresivní, přecitlivělý).
ad e)	Správná aplikace informací potřebných k bližší analýze pohybového stavu klienta (anamnézu).
ad f)	Správné určení aktuálního stavu klienta pohledem a pohmatem (kožní napětí, kožní citlivost a bolestivost, zvýšená potivost).
ad g)	Správné provedení systémového vyšetření pohybového systému klienta (základní funkční testy svalové aktivity, základní funkční testy kloubní pohyblivosti apod.).
ag h)	Věcná správnost vyhodnocení aktuálního stavu pohybového systému.
ad i)	Správné vyhotovení karty klienta.

doporučená literatura a informační zdroje

GRUBER, David. *Zlatá kniha komunikace*. Praha: Gruber TDP, 2012. ISBN 978-80-85624-32-8.

MIKULÁŠTÍK, Milan. *Komunikační dovednosti v praxi -- 2., doplněné a přepracované vydání*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2339-6.

ČERNÝ, Vojtěch. *Jak jednat s různými typy lidí*. Praha: Bizbooks, 2012. ISBN 9788026500315.

MÁČEK, Miloš, RADVANSKÝ, Jiří. *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-695-3.

TICHÝ, Miroslav. *Funkční diagnostika pohybového aparátu*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-022-X.

GROSS, Jeffrey. *Vyšetření pohybového aparátu*. Praha: Triton, 2005. ISBN 978-80-7254-720-3.

časopisy

Massage and Bodywork magazine

Název modulu	Vykonávání ručních masáží celého těla	Kód	02
Délka modulu	70 hodin (50 hod. prezenčně a 20 hod. distančně)	Platnost	
Typ modulu	povinný		
Vstupní předpoklady	Viz vstupní předpoklady do vzdělávacího programu		
Stručná anotace vymezující cíle modulu			
<p>Výukový modul Vykonávání ručních masáží celého těla je koncipován jako teoreticko – praktický a je zaměřen na získání základních poznatků a praktických dovedností při poskytování pohotovostní masáže před sportovním výkonem, masáže celého těla a aplikace masážních přípravků. Cílem modulu je, pomocí zvládnutí teoretického výkladu anatomie svalů lidského těla a jejich vlastností se naučit zejména pohotovostní, sportovní a rekondiční masáž. Praktické dovednosti, které uchazeč studia tohoto modulu získává, jsou zaměřeny především na schopnost zvolit pro každého klienta správný individuální přístup a postup masáže včetně masážního prostředku, doporučit intervaly následujících masáží a správně vyhodnotit opatření vedoucí k redukci stávajících či hrozících negativních příznaků.</p>			
Předpokládané výsledky výuky			
Absolvent modulu bude schopen:			
<ul style="list-style-type: none"> a) informovat klienta o možných reakcích na masáž, b) informovat klienta o významu masáže, c) uložit klienta do správné pozice na aplikaci masáže, d) provést masérské hmaty včetně míry jejich použití (aplikovat jednotlivé techniky masáží na záda, šíji, hrudník, břicho, horní a dolní končetiny), e) zvolit a aplikovat individuální masáž na konkrétních místech těla, ve vhodném pořadí, s vhodnou technikou a vhodnými masážními prostředky tak, aby byla zajištěna individualita aplikace masáže, f) udržovat kontakt s klientem (verbální i neverbální), g) ověřit efekt aplikované masáže a doporučit interval následující masáže, případně pravidelný interval masáží a to tak, aby byl zajištěn individuální přístup ke klientovi. h) rozdělit masážní přípravky podle charakteru, i) popsat masážní pomůcky a přístroje podle charakteru jejich použití, j) vyjmenovat emulzní přípravky, charakterizovat jednotlivé složky emulzí, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži, k) vyjmenovat olejové přípravky, charakterizovat jednotlivé složky, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži, l) vyjmenovat lihové přípravky, charakterizovat jednotlivé složky, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži, m) uvést možnosti alergií a případných komplikací při použití přípravků při masážích. 			
Učivo / obsah výuky			
<ul style="list-style-type: none"> • ruční masáž celého těla: <ul style="list-style-type: none"> ○ informování klienta o možných reakcích na masáž, ○ informovat klienta o významu masáže, ○ uložení klienta do správné pozice na aplikaci masáže, ○ masérské hmaty včetně míry jejich použití (aplikovat jednotlivé techniky masáží na záda, šíji, hrudník, břicho, horní a dolní končetiny), 			

- individuální masáž na konkrétních místech těla, ve vhodném pořadí, s vhodnou technikou a vhodnými masážními prostředky tak, aby byla zajištěna individualita aplikace masáže,
 - kontakt s klientem (verbální i neverbální),
 - efekt aplikované masáže a interval následující masáže, případně pravidelný interval masáží a to tak, aby byl zajištěn individuální přístup ke klientovi.
- aplikace masážních přípravků při masáží klientů:
 - rozdělit masážní přípravky podle charakteru,
 - masážní pomůcky a přístroje podle charakteru jejich použití,
 - emulzní přípravky, jednotlivé složky emulzí, jejich použití, expirační doba a způsoby aplikace při masáži,
 - olejové přípravky, jednotlivé složky, jejich použití, expirační doba a způsoby aplikace při masáži,
 - lihové přípravky, jednotlivé složky, jejich použití, expirační doba a způsoby aplikace při masáži,
 - možnosti alergií a případných komplikací při použití přípravků při masáží.

Doporučené postupy výuky

V prezenční části výuky půjde o výklad podpořený power-pointovou prezentací s praktickým nácvikem masérských hmatů a tím k osvojení ručních masáží celého těla a aplikací masážních prostředků používaných při masáží klientů.

V distanční části výuky jde o samostudium k dané problematice podporované formou e-learningu.

Způsob ukončení modulu

V průběhu výuky bude lektor pozorovat práci jednotlivých účastníků, na základě cíleného pozorování a řízeného rozhovoru (problémového dotazování) rozhodne, zda účastník dosáhl požadovaných výsledků, či zda jich nedosáhl. Pokud lektor nebude přesvědčen o tom, že účastník všech požadovaných výstupů modulu skutečně dosáhl, zadá účastníkovi úkol, na kterém účastník prokáže/neprokáže, že potřebnými výstupy disponuje.

Osvojení požadovaných výstupů tohoto modulu pozoruje a hodnotí lektor při všech relevantních praktických činnostech účastníků vzdělávání v průběhu realizace všech výukových modulů programu. Mimořádnou pozornost věnuje hodnocení dosažení výsledků 1.4,1.5,1.7. V tomto modulu bude kladen důraz na praktickou část, zejména na dokonalé zvládnutí masérských hmatů, které jsou nutné pro ruční masáž celého těla, což bude lektor důsledně vyžadovat a kontrolovat.

Parametry pro hodnocení výsledků výuky

výsledek výuky	parametry pro hodnocení
ad a)	Věcná správnost a rozsah informací pro klienta o možných reakcích na masáž.
ad b)	Rozsah výčtu informací o významu masáže.
ad c)	Správnost uložení klienta do správné pozice na aplikaci masáže.
ad d)	Správnost provedení masérských hmatů včetně míry jejich použití (aplikace jednotlivých technik masáží na záda, šíji, hrudník, břicho, horní a dolní končetiny).
ad e)	Správná a bezchybná volba a aplikace individuálních masáží na konkrétních místech těla, ve vhodném pořadí, s vhodnou technikou a vhodnými masážními prostředky tak, aby byla zajištěna individualita aplikace masáže.

ad f)	Vhodnost kontaktu s klientem (verbální i neverbální).
ad g)	Vhodnost ověření efektu aplikované masáže a správnost stanovení intervalu následující masáže, případně pravidelného intervalu masáží a to tak, aby byl zajištěn individuální přístup ke klientovi.
ag h)	Věcná správnost rozdělení masážních přípravků podle charakteru.
ad i)	Věcná správnost popisu masážních pomůcek a přístrojů podle charakteru jejich použití.
ad j)	Úplnost výčtu emulzních přípravků, správnost charakteristiky jednotlivých složek emulzí, vhodnost jejich použití, evidence expirační doby a bezchybnost provedení způsobů jejich aplikace při masáži.
ad k)	Úplnost výčtu olejových přípravků, správnost charakteristiky jednotlivých složek emulzí, vhodnost jejich použití, evidence expirační doby a bezchybnost provedení způsobů jejich aplikace při masáži.
ad l)	Úplnost výčtu lihových přípravků, správnost charakteristiky jednotlivých složek emulzí, vhodnost jejich použití, evidence expirační doby a bezchybnost provedení způsobů jejich aplikace při masáži.
ad m)	Úplnost výčtu možností alergií a případných komplikací při použití přípravků při masážích.

doporučená literatura a informační zdroje

SEDMÍK, Jan. *Masáže*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020505965.

SEDMÍK, Jan. *Masáže od A do Z*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020506207.

GIENGER, M., METZ, U. *Masáž s okamžitým účinkem*. Bratislava: Eugenika, 2011. ISBN 9788073366148.

MUMFORDOVÁ, Susan. *Masáže od A do Z*. Praha: Metafora, 2011. ISBN 9788073593001.

TISCHER, Hildegard. *Masáž – relaxace od hlavy až k patě*. Praha: Grada, 2008. ISBN 9788024725505.

HARROLDVÁ, Fiona. *Snadné masáže*. Praha: BETA - Dobrovský, 2007. ISBN 80-7306-301-8.

KAVANAGH, Wendy. *Základy masáže – Jak si poradit s bolestí, napětím a únavou*. Praha: Svojtka & Co, 2008. ISBN 80-7352-781-2.

FLANDERA, S. *Sportovní masáž*. Praha: Poznání, 2009. ISBN 9788086606736.

HOŠKOVÁ, B. *Masáž ve sportu*. Praha: Olympia, 2000. ISBN 80-7033-093-7.

Název modulu	Přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny	Kód	03
Délka modulu	20 hodin distančně	Platnost	
Typ modulu	povinný		
Vstupní předpoklady	Viz vstupní předpoklady do vzdělávacího programu		
Stručná anotace vymezující cíle modulu			
Absolvent modulu Přípravky, pomůcky a přístroje do masérské provozovny získá přehled o masážních pomůckách a přístrojích dostupných na trhu, dále je schopen vyjmenovat emulzní přípravky včetně jejich složení, které pak udává jejich použití a způsob aplikace. Uchazeč je seznámen se základním spektrem možností, kde jednotlivé přípravky a přístroje nakoupit – tedy zejména internetový zdroj. Náplní tohoto modulu je také problematika skladování a efektivní objednávání všech masérských potřeb s ohledem na zabezpečení bezproblémového chodu masážního salónu versus optimální zásoba z hlediska vázání peněžních prostředků. Výuka v tomto modulu je distanční formou.			
Předpokládané výsledky výuky			
Absolvent modulu bude schopen:			
<ul style="list-style-type: none"> a) vyhledat v nabídce (katalogy, webové stránky firem apod.) přípravky, pomůcky a přístroje, zhodnotit použitelnost nabízených produktů pro daný provoz, b) objednat přípravky, pomůcky a přístroje s ohledem na jejich optimální využití, c) převzít a evidovat přípravky, pomůcky a přístroje. d) vysvětlit zásady skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů podle jejich charakteru v souladu s hygienickými normami, e) vysvětlit způsoby dodržování bezpečné likvidace přípravků po ukončení jejich životnosti. 			
Učivo / obsah výuky			
<ul style="list-style-type: none"> • objednání přípravků, pomůcek a přístrojů do masérské provozovny, <ul style="list-style-type: none"> ○ přípravky, pomůcky a přístroje použitelné pro daný provoz (katalogy, webové stránky firem), ○ objednávka přípravků, pomůcek a přístrojů a jejich optimální využití, ○ převzetí a evidence přípravků, pomůcek a přístrojů. • skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů <ul style="list-style-type: none"> ○ zásady skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů podle jejich charakteru v souladu s hygienickými normami, ○ způsoby dodržování bezpečné likvidace přípravků po ukončení jejich životnosti. 			
Doporučené postupy výuky			
Vzhledem k distanční formě výuky bude tento modul prezentován pomocí e-learningu.			
Způsob ukončení modulu			
Osvojení požadovaných výstupů tohoto modulu pozoruje a hodnotí lektor při všech			

relevantních praktických činnostech účastníků vzdělávání v průběhu realizace všech výukových modulů programu. Výstupy tohoto modulu budou ověřeny ústně a praktickým předvedením.

Parametry pro hodnocení výsledků výuky

výsledek výuky	parametry pro hodnocení
ad a)	Schopnost vyhledat v nabídce (katalogy, webové stránky firem apod.) přípravky, pomůcky a přístroje, zhodnotit použitelnost nabízených produktů pro daný provoz.
ad b)	Schopnost objednat přípravky, pomůcky a přístroje s ohledem na jejich optimální využití.
ad c)	Vhodnost a správnost volby postupu převzetí a evidence přípravků, pomůcek a přístrojů.
ad d)	Věcná správnost výčtu zásad skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů podle jejich charakteru v souladu s hygienickými normami.
ad e)	Věcná správnost výčtu způsobů dodržování bezpečné likvidace přípravků po ukončení jejich životnosti.

doporučená literatura a informační zdroje

FLANDERA, S. *Sportovní masáž*. Praha: Poznání, 2009. ISBN 9788086606736.

FLANDERA, S. *Klasické masáže*. Praha: Václav Lukeš - Poznání, 2005. ISBN 8086606368.

SEDMÍK, Jan. *Masáže od A do Z*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020506207.

Název modulu	Dodržování zdravotně – hygienických předpisů	Kód	04
Délka modulu	10 hodin distančně	Platnost	
Typ modulu	povinný		
Vstupní předpoklady	Viz vstupní předpoklady do vzdělávacího programu		
Stručná anotace vymežující cíle modulu			
<p>Modul Dodržování zdravotně-hygienických předpisů je zaměřen na zlepšení uchazečova povědomí o nutnosti vykonávání masérské činnosti tak, aby nebyly porušovány žádné ze zdravotních a hygienických předpisů. Uchazeč musí umět popsat hygienické podmínky masáže, udržovat hygienu pracovních pomůcek a mezi jeho základní předpoklady patří vlastní osobní hygiena. Znalost výše zmíněného s sebou nese především zvládnutí hygienických norem. Nedílnou součástí výuky tohoto modulu je i přehled z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka a schopnost prakticky zvládnout základy první pomoci. Výuka v tomto modulu je distanční formou.</p>			
Předpokládané výsledky výuky			
Absolvent modulu bude schopen:			
<ul style="list-style-type: none"> a) dodržovat hygienické předpisy a zásady osobní hygieny, b) uvést nezbytné materiální a technické vybavení masérské provozovny a vysvětlit náležitosti provozního řádu, c) popsat optimální hygienické podmínky masáže (klidné prostředí, vhodná teplota místnosti, bezpečné masážní lehátko, osobní hygiena, hygiena pracovních pomůcek, vhodnost masážních prostředků, kritické body na těle ...) v souladu s hygienickými normami, d) prokázat všeobecný přehled z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka (funkce a poloha svalů, kostí, kloubů, páteře a vnitřních orgánů), e) popsat a předvést poskytování základů první pomoci (dle pravidel vybavení lékárníčky). 			
Učivo / obsah výuky			
<ul style="list-style-type: none"> • dodržování zdravotně – hygienických předpisů, <ul style="list-style-type: none"> ○ hygienické předpisy a zásady osobní hygieny, ○ materiální a technické vybavení masérské provozovny a náležitosti provozního řádu, ○ optimální hygienické podmínky masáže (klidné prostředí, vhodná teplota místnosti, bezpečné masážní lehátko, osobní hygiena, hygiena pracovních pomůcek, vhodnost masážních prostředků, kritické body na těle ...) v souladu s hygienickými normami, ○ všeobecný přehled z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka (funkce a poloha svalů, kostí, kloubů, páteře a vnitřních orgánů), ○ poskytování základů první pomoci (dle pravidel vybavení lékárníčky). 			
Doporučené postupy výuky			
Vzhledem k distanční formě výuky bude tento modul prezentován pomocí e-learningu.			
Způsob ukončení modulu			

Osvojení požadovaných výstupů tohoto modulu pozoruje a hodnotí lektor při všech relevantních praktických činnostech účastníků vzdělávání v průběhu realizace všech výukových modulů programu. Výstupy tohoto modulu budou ověřeny ústně a praktickým předvedením, výstup 1.4 a 1.5 písemným ověřením.

Parametry pro hodnocení výsledků výuky

výsledek výuky	parametry pro hodnocení
ad a)	Dodržování hygienických předpisů a zásad osobní hygieny.
ad b)	Úplnost výčtu nezbytného materiálního a technického vybavení masérské provozovny a správnost vysvětlení náležitostí provozního řádu.
ad c)	Věcná správnost popisu optimálních hygienických podmínek masáže (klidné prostředí, vhodná teplota místnosti, bezpečné masážní lehátko, osobní hygiena, hygiena pracovních pomůcek, vhodnost masážních prostředků, kritické body na těle ...) v souladu s hygienickými normami.
ad d)	Prokázání všeobecného přehledu z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka (funkce a poloha svalů, kostí, kloubů, páteře a vnitřních orgánů).
ag h)	Věcná správnost popisu a bezchybnost předvedení poskytování základů první pomoci (dle pravidel vybavení lékárničky).

doporučená literatura a informační zdroje

VIGUÉ, J., ORTE, E., M. *Atlas lidského těla*. Praha: Rebo, 2007. ISBN 8072347349.
 FLANDERA, S. *Sportovní masáž*. Praha: Poznání, 2009. ISBN 9788086606736.
 SEDMÍK, Jan. *Masáže od A do Z*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020506207.
 ELIŠKA, O., ELIŠKOVÁ, M. *Aplikovaná anatomie pro fyzioterapeuty a maséry*. Praha: Galén, 2009. ISBN 9788072625901.
 BYDŽOVSKÝ, J. *První pomoc*. Praha: Grada, 2001. ISBN 8024706806.
 KURUCOVÁ, A. *První pomoc*. Praha: Grada, 2009. E-kniha.
Příručka první pomoci. Praha: Perfekt, 2007. ISBN 808046359X.

Příloha č. 1 - Způsob zjišťování zpětné vazby od účastníků

Zpětná vazba od frekventantů kurzu bude zjišťována následujícími způsoby:

- průběžným monitoringem názorů a připomínek účastníků – tento monitoring budou průběžně provádět lektori kurzu formou dotazování a pozorování. Výsledky monitoringu budou zaznamenávány lektory do zpráv o průběhu výuky v modulu.
- Zjišťováním zpětné vazby formou dotazníků, které budou frekventanti vyplňovat po každém modulu.

Příloha č. 2 - Prvotní evaluace programu DV sociálními partnery

Název sociálního partnera	Kontakt (adresa, tel., email)	Jméno hodnotitele

Vypořádání připomínek 1. sociálního partnera

Připomínky	Vypořádání připomínek

Vypořádání připomínek 2. sociálního partnera

Připomínky	Vypořádání připomínek

Příloha č. 3 – Distribuce kompetencí z hodnoticího standardu do jednotlivých modulů

Vzdělávací program je vytvořen v plném souladu s kvalifikačním a zejména hodnoticím standardem profesní kvalifikace Sportovní masáž (69-037-M). To znamená, že všechny kompetence stanovené standardy pro tuto profesní kvalifikaci jsou ve vzdělávacím programu obsaženy jako vzdělávací cíle. V následujícím přehledu uvádíme informace, v kterých modulech se vyskytují požadované dílčí kompetence – tj. kritéria z hodnoticího standardu. Některé dílčí kompetence se vyskytují ve více modulech.

Cílová kompetence z kvalifikačního standardu	Dílčí kompetence, tj. kritérium z hodnoticího standardu	Modul
<i>Navázání kontaktu s klientem</i>	Popsat a předvést komunikaci s klientem (komunikace po telefonu, objednání klienta, rozhovor a příprava na masáž)	01
	Popsat specifika jednání s hendikepovanými klienty	01
	Volit vhodné strategie pro snižování tenze z narušení osobního pole u klienta	01
	Volit vhodné strategie s různými typy klientů (ostýchavý, agresivní, přecitlivělý)	01
<i>Stanovení fyzického, psychického a sociálního stavu klienta</i>	Zajistit soubor informací potřebných k bližší analýze pohybového stavu klienta (anamnézu)	01
	Orientačně prověřit aktuální stav klienta pohledem a pohmatem (kožní napětí, kožní citlivost a bolestivost, zvýšená potivost)	01
	Provést systémové vyšetření pohybového systému klienta (základní funkční testy svalové aktivity, základní funkční testy kloubní pohyblivosti apod.)	01
	Objektivně vyhodnotit aktuální stav pohybového systému	01
	Vyhotovit kartu klienta	01
<i>Vykonávání ručních masáží celého těla – sportovní a rekondiční masáž, pohotovostní masáž</i>	Informovat klienta o možných reakcích na masáž	02
	Informovat klienta o významu masáže	02
	Uložit klienta do správné pozice na aplikaci masáže	02
	Provést masérské hmaty včetně míry jejich použití (aplikovat jednotlivé techniky masáže na záda, šíji, hrudník, břicho, horní a dolní končetiny)	02
	Zvolit a aplikovat individuální masáž na konkrétních místech těla, ve vhodném pořadí, s vhodnou technikou a vhodnými masážními prostředky tak, aby byla zajištěna individualita aplikace masáže	02
	Udržovat kontakt s klientem (verbální i neverbální)	02
	Ověřit efekt aplikované masáže a doporučit interval následující masáže, případně pravidelný interval masáží a to tak, aby byl zajištěn individuální přístup ke klientovi	02
		02
<i>Aplikace masážních přípravků při masážích klientů</i>	Rozdělit masážní přípravky podle charakteru	02
	Popsat masážní pomůcky a přístroje podle charakteru jejich použití	02
	Vyjmenovat emulzní přípravky, charakterizovat jednotlivé složky emulzí, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži	02
	Vyjmenovat olejové přípravky, charakterizovat jednotlivé složky emulzí, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži	02
	Vyjmenovat lihové přípravky, charakterizovat jednotlivé složky emulzí, uvést jejich použití, expirační dobu a předvést způsoby aplikace při masáži	02
	Uvést možnosti alergií a případných komplikací při použití přípravků při masážích	02

Cílová kompetence z kvalifikačního standardu	Dílčí kompetence, tj. kritérium z hodnotícího standardu	Modul
<i>Objednávání přípravků, pomůcek a přístrojů do masérské provozovny u dodavatelů</i>	Vyhledat v nabídce (katalogy, webové stránky firem apod.) přípravky, pomůcky a přístroje, zhodnotit použitelnost nabízených produktů pro daný provoz	03
	Objednat přípravky, pomůcky a přístroje s ohledem na jejich optimální využití	03
	Převzít a evidovat přípravky, pomůcky a přístroje	03
<i>Dodržování zdravotně-hygienických předpisů</i>	Dodržovat hygienické předpisy a zásady osobní hygieny	04
	Uvést nezbytné materiální a technické vybavení masérské provozovny a vysvětlit náležitosti provozního řádu	04
	Popsat optimální hygienické podmínky masáže (klidné prostředí, vhodná teplota místnosti, bezpečné masážní lehátko, osobní hygiena, hygiena pracovních pomůcek, vhodnost masážních prostředků, kritické body na těle...) v souladu s hygienickými normami	04
	Prokázat všeobecný přehled z anatomie a fyziologie tělních funkcí člověka (funkce a poloha svalů, kostí, kloubů, páteře a vnitřních orgánů)	04
	Popsat a předvést poskytování základu první pomoci (dle pravidel vybavení lékárníčky)	04
<i>Skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů</i>	Vysvětlit zásady skladování a používání masérských přípravků, pomůcek a přístrojů podle jejich charakteru v souladu s hygienickými normami	03
	Vysvětlit způsoby dodržování bezpečné likvidace přípravků po ukončení jejich životnosti	03

Příloha č. 4 – Souhrnný přehled studijní literatury a dalších informačních zdrojů

- GRUBER, David. *Zlatá kniha komunikace*. Praha: Gruber TDP, 2012. ISBN 978-80-85624-32-8.
- MIKULÁŠTÍK, Milan. *Komunikační dovednosti v praxi -- 2., doplněné a přepracované vydání*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2339-6.
- ČERNÝ, Vojtěch. *Jak jednat s různými typy lidí*. Praha: Bizbooks, 2012. ISBN 9788026500315.
- MÁČEK, Miloš, RADVANSKÝ, Jiří. *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-695-3.
- TICHÝ, Miroslav. *Funkční diagnostika pohybového aparátu*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-022-X.
- GROSS, Jeffrey. *Vyšetření pohybového aparátu*. Praha: Triton, 2005. ISBN 978-80-7254-720-3.
- SEDMÍK, Jan. *Masáže*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020505965.
- SEDMÍK, Jan. *Masáže od A do Z*. Praha: NS Svoboda, 2008. ISBN 9788020506207.
- GIENGER, M., METZ, U. *Masáž s okamžitým účinkem*. Bratislava: Eugenika, 2011. ISBN 9788073366148.
- MUMFORDOVÁ, Susan. *Masáže od A do Z*. Praha: Metafora, 2011. ISBN 9788073593001.
- TISCHER, Hildegard. *Masáž – relaxace od hlavy až k patě*. Praha: Grada, 2008. ISBN 9788024725505.
- HARROLDOVÁ, Fiona. *Snadné masáže*. Praha: BETA - Dobrovský, 2007. ISBN 80-7306-301-8.
- KAVANAGH, Wendy. *Základy masáže – Jak si poradit s bolestí, napětím a únavou*. Praha: Svojtka & Co, 2008. ISBN 80-7352-781-2.
- FLANDERA, S. *Sportovní masáž*. Praha: Poznání, 2009. ISBN 9788086606736.
- HOŠKOVÁ, B. *Masáž ve sportu*. Praha: Olympia, 2000. ISBN 80-7033-093-7.
- FLANDERA, S. *Klasické masáže*. Praha: Václav Lukeš - Poznání, 2005. ISBN 8086606368.
- VIGUÉ, J., ORTE, E., M. *Atlas lidského těla*. Praha: Rebo, 2007. ISBN 8072347349.
- ELIŠKA, O., ELIŠKOVÁ, M. *Aplikovaná anatomie pro fyzioterapeuty a maséry*. Praha: Galén, 2009. ISBN 9788072625901.
- BYDŽOVSKÝ, J. *První pomoc*. Praha: Grada, 2001. ISBN 8024706806.
- KURUCOVÁ, A. *První pomoc*. Praha: Grada, 2009. E-kniha.
Příručka první pomoci. Praha: Perfekt, 2007. ISBN 808046359X.

časopisy

Massage and Bodywork magazine

Příloha č. 5 – Rozpočet pro realizaci vzdělávacího programu
