

Krajowy Program Odbudowy i Zwiększania Odporności
Komponent A „Odporność i konkurencyjność gospodarki”
Inwestycja A3.1.1 „Wsparcie rozwoju nowoczesnego kształcenia
zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie”.

RAMOWY PROGRAM NAUCZANIA DLA BRANŻOWEGO SZKOLENIA ZAWODOWEGO

opracowany w ramach konkursu „Utworzenie i wsparcie funkcjonowania
120 Branżowych Centrów Umiejętności (BCU), realizujących koncepcję
Centrów Doskonałości Zawodowej (CoVEs)”
numer przedsięwzięcia KPO/23/2/BCU/U/0044

” Terapia tkankowo-sensoryczna - zarys”

Nowy Sącz, 2025

Zamieszczony program nauczania odzwierciedla jedynie stanowisko autorów i instytucja finansująca nie ponosi odpowiedzialności
za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.

Str. 1

1. CZAS TRWANIA, ORGANIZACJA

Uczestnicy branżowego szkolenia zawodowego:	- osoby młode w wieku 14-24 lat (tj. uczniowie i studenci)/ osoby dorosłe (uczniowie szkół ponadpodstawowych, uczący się w klasach o profilu biologiczno- chemicznym; osoby będące słuchaczami szkoły policealnej w zawodzie masażysta, opiekun medyczny) - osoby dorosłe w wieku 25+
Czas trwania:	45 minut
Liczba godzin kształcenia:	30 godzin.
Sposób organizacji szkolenia:	
Szkolenie będzie organizowane w formie stacjonarnej w siedzibie BCU (zajęcia praktyczne i zajęcia teoretyczne) i niestacjonarnej za pomocą platformy e-learningowej (dostęp do materiałów dydaktycznych i zajęcia teoretyczne);	

2. WYMAGANIA WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW BRANŻOWEGO SZKOLENIA ZAWODOWEGO

- Zapoznanie się ze Statutem i Regulaminem BCU
- Oświadczenie o przetwarzaniu danych osobowych
- Karta zgłoszeniowa dla uczestnika szkolenia
- Oświadczenie uczestnika o zapoznaniu się z przepisami bhp
- Oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych
- Zaświadczenia uczestnika szkolenia o posiadaniu statusu ucznia lub studenta
- Zgoda rodzica/opiekuna prawnego na udział osoby nieletniej w szkoleniu
- Oświadczenie o niekorzystaniu z innych szkoleń/ kursów w ramach BCU

3. CELE KSZTAŁCENIA I SPOSOBY ICH OSIĄGANIA, Z UWZGLĘDNIENIEM MOŻLIWOŚCI INDYWIDUALIZACJI PRACY UCZESTNIKÓW BRANŻOWEGO SZKOLENIA ZAWODOWEGO, W ZALEŻNOŚCI OD ICH POTRZEB I MOŻLIWOŚCI

- Nabycie wiedzy i podstawowych kompetencji w zakresie wykonywania wybranych technik masażu z wykorzystaniem technik tkankowo-sensorycznych oraz elementami podstaw psychologii i metod komunikacji;
- nabycie wiedzy i umiejętności;
- upowszechnienie transformacji ekologicznej i cyfrowej,
- aktywne funkcjonowanie na zmieniającym się rynku pracy;
- integrowanie i korelowanie kształcenia zawodowego oraz doskonalenie kompetencji kluczowych nabytych podczas szkolenia;
- podejmowanie działań wspomagających rozwój każdego uczestnika szkolenia stosowanych do jego potrzeb i możliwości

4. PLAN NAUCZANIA OKREŚLAJĄCY NAZWĘ ZAJĘĆ ORAZ ICH WYMIAR

Nazwa zajęć	Liczba godzin kształcenia
ANATOMIA	6
FIZJOLOGIA CZŁOWIEKA Z ELEMENTAMI PATOFIZJOLOGII	2
MASAŻ	18
PSYCHOLOGICZNE ASPEKTY MASAŻU	4
RAZEM:	30

5. TREŚCI NAUCZANIA W ZAKRESIE POSZCZEGÓLNYCH ZAJĘĆ

Nazwa zajęć - Anatomia
1. Zapoznanie z anatomią człowieka, wprowadzenie elementów anatomii topograficznej i powierzchniowej.
Oczekiwane efekty kształcenia: wiedza lub umiejętności zawodowe w zakresie dziedziny zawodowej, przydatne do wykonywania zawodu:
- Uczestnik/-czka zna podstawy mianownictwa anatomicznego niezbędne do wykonania masażu; - Uczestnik/-czka potrafi rozpoznać i lokalizować na fantomach i modelach anatomicznych podstawowe struktury ludzkiego ciała, w tym elementy układu ruchu, takie jak elementy układu kostno-stawowego i grupy mięśniowe.
w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:
Uczestnik/-czka potrafi wykorzystywać platformę Internetową do nauki zdalnej oraz obsługiwać urządzenia wykorzystywane w kształceniu (w tym stoły anatomiczne, okulary do VR z atlasami anatomicznymi).
w tym kształtujące umiejętności związane z transformacją ekologiczną:
Uczestnik/-czka nabiera umiejętności efektywnego korzystania z technologii immersyjnych i ograniczania zużycia fizycznych zasobów edukacyjnych. Uczestnicy kształtują także świadomość ekologiczną poprzez refleksję nad wpływem środowiska na zdrowie człowieka oraz wybór energooszczędnych rozwiązań w edukacji medycznej.

Nazwa zajęć - Podstawy fizjologii człowieka
1. Zapoznanie z podstawami prawidłowego funkcjonowania ustroju ludzkiego.

Oczekiwane efekty kształcenia: wiedza lub umiejętności zawodowe w zakresie dziedziny zawodowej, przydatne do wykonywania zawodu:

- Uczestnik/-czka potrafi przeprowadzić podstawowe badanie narządów zmysłów i ocenić równowagę;
- Uczestnik/-czka potrafi dokonać pomiaru i zinterpretować wyniki tętna, ciśnienia krwi, liczby oddechów, a także ocenić odruchy z wybranych poziomów układu nerwowego w zakresie bezpiecznego stosowania masażu.

w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:

Uczestnik/-czka potrafi wykorzystywać platformę Internetową do nauki zdalnej oraz obsługiwać urządzenia wykorzystywane w kształceniu (w tym stoły anatomiczne, okulary do VR z atlasami anatomicznymi).

w tym kształtujące umiejętności związane z transformacją ekologiczną:

Uczestnik/-czka nabiera umiejętności efektywnego korzystania z technologii immersyjnych i ograniczania zużycia fizycznych zasobów edukacyjnych. Uczestnicy kształtują także świadomość ekologiczną poprzez refleksję nad wpływem środowiska na zdrowie człowieka oraz wybór energooszczędnych rozwiązań w edukacji medycznej.

Nazwa zajęć - Masaż

1. Nabycie umiejętności wykonania technik masażu w praktyce w oparciu o wskazania i przeciwwskazania
2. Nabycie umiejętności korzystania z kształtek w celu ergonomicznego ułożenia pacjenta z deformacjami aparatu ruchu na potrzeby masażu

Oczekiwane efekty kształcenia: wiedza lub umiejętności zawodowe w zakresie dziedziny zawodowej, przydatne do wykonywania zawodu:

- Uczestnik/-czka zna podstawowe zasad wykonania masażu klasycznego
- Uczestnik/-czka zna podstawowe wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu
- Uczestnik/-czka posiada podstawowe umiejętności wykonania technik masażu w praktyce
- Uczestnik/-czka ma umiejętność korzystania z zestawu kształtek w celu ergonomicznego ułożenia pacjenta z deformacjami aparatu ruchu na potrzeby masażu w przypadku zaburzeń napięcia mięśniowego i w przypadku deformacji aparatu ruchu
- Uczestnik/-czka rozumie podstawowe zasady łączenia masażu z bodźcami sensorycznymi
- Uczestnik/-czka jest zapoznany z podstawowymi zasadami nawiązania i utrzymania pełnego szacunku kontaktu z osobą masowaną

w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:

Uczestnik/-czka potrafi wykorzystywać platformę Internetową do nauki zdalnej oraz obsługiwać urządzenia wykorzystywane w kształceniu (w tym stoły do masażu regulowane elektrycznie i aparaturę pomocniczą).

w tym kształtujące umiejętności związane z transformacją ekologiczną:

Uczestnik/-czka nabiera umiejętności racjonalnego wykorzystania materiałów pomocniczych do masażu, takich jak olejki, kremy czy środki higieniczne. Kształtuje także świadomość ekologiczną poprzez planowanie zabiegów w sposób ograniczający zużycie zasobów, stosowanie naturalnych preparatów, znajomość zasad recyklingu oraz odpowiedzialne zarządzanie odpadami powstałymi w trakcie pracy.

Nazwa zajęć - Psychologiczne aspekty masażu

1. Mechanizmy fizjologiczne i psychologiczne stresu.
2. Techniki relaksacyjne i oddechowe: relaksacja progresywna Jacobsona i trening autogenny Schultza, wizualizacja.
3. Relaksacja poprzez dźwięki i kolory: zastosowanie muzyki relaksacyjnej i terapii kolorami oraz aromaterapii w masażu
4. Refleksje nad zastosowaniem technik relaksacyjnych w pracy masażysty i w codziennym życiu.

Oczekiwane efekty kształcenia: wiedza lub umiejętności zawodowe w zakresie dziedziny zawodowej, przydatne do wykonywania zawodu:

- Uczestnik/-czka posiada podstawową wiedzę na temat technik radzenia sobie ze stresem;
- Uczestnik/-czka potrafi zastosować w podstawowym wymiarze techniki relaksacyjne i oddechowe w celu obniżenia poziomu napięcia u siebie i osoby masowanej w trakcie sesji masażu;
- Uczestnik/-czka zna podstawy i wartość komunikacji z osobą masowaną;
- Uczestnik/-czka ma świadomość ciągłej potrzeby doskonalenia swoich kompetencji w zakresie stosowania technik wspomagających radzenie sobie ze stresem, zarówno u osoby masowanej, jak i u siebie.

w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:

Uczestnik/-czka potrafi wykorzystywać platformę Internetową do nauki zdalnej oraz obsługiwać urządzenia wykorzystywane w kształceniu (np.: stół do masażu podgrzewany, sprzęt do terapii światłem, sprzęt dodatkowy do wykonywania technik relaksujących, zestaw urządzeń do terapii ciepłem, sprzęt do emisji dźwięków, projektor sensoryczny obrazów na sufit, świece do masażu, sprzęt do aromaterapii).

w tym kształtujące umiejętności związane z transformacją ekologiczną:

Uczestnik/-czka nabiera umiejętności racjonalnego wykorzystania materiałów pomocniczych stosowanych w masażu relaksacyjnym (np. olejki, świece, tekstylia), z uwzględnieniem zasad „nic się nie marnuje”, recyklingu oraz świadomego wyboru naturalnych i ekologicznych preparatów. Kształtuje także

świadomość wpływu środowiska na dobrostan psychofizyczny człowieka, ucząc się stosowania technik relaksacyjnych i sensorycznych (muzyka, kolory, aromaterapia) w sposób wspierający regenerację i zrównoważony rozwój.

1. WYKAZ LITERATURY ORAZ NIEZBĘDNYCH ŚRODKÓW I MATERIAŁÓW DYDAKTYCZNYCH

Wykaz literatury

Anatomia:

LITERATURA PODSTAWOWA

- Anatomia układu ruchu / Zofia Ignasiak. - Wrocław : Edra Urban & Partner, 2007-2020.2.
- Anatomia narządów wewnętrznych i układu nerwowego człowieka / Zofia Ignasiak. - Wrocław : Edra Urban & Partner, 2008-2022.3.
- Anatomia człowieka, Suder, Sz. Brużewicz, Górnicki Wydawnictwo Medyczne, Wrocław 2004

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA

- Atlas anatomii człowieka Sobotta (mianownictwo łacińskie lub angielskie), pod red. F. Paulsen, J. Waschke, wydanie 15 i późniejsze, Edra Urban & Partner.
- Atlas anatomii. T. 1-2 / oprac. Anne M. Gilroy, Brian R. MacPherson ; współaut. Michael Schuenke, Erik Schulte, Udo Schumacher, Wydanie II polskie / redakcja Janusz Moryś. - Wrocław : MedPharm Polska, 2018

Fizjologia człowieka z elementami Patofizjologii:

LITERATURA PODSTAWOWA

- Jaworek J. Podstawy fizjologii medycznej. Medycyna Praktyczna, wyd. 2, Kraków 2021.
- Brzozowski T. Konturek Fizjologia człowieka. Podręcznik dla studentów medycyny. Wydawnictwo Edra Urban & Partner, wyd. 3, Wrocław 2020.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA

- Traczyk W. Z. Fizjologia człowieka w zarysie. PZWL Wydawnictwo Lekarskie, wyd. 8, Warszawa 2021
- Konturek S. J. Fizjologia człowieka. I-V tomów. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, wyd. 6., Kraków 2016.
- Tafil-Klawe M., Klawe J. Wykłady z fizjologii człowieka. PZWL Wydawnictwo Lekarskie, wyd. 1, Warszawa 2017.
- Hansen J. T., Koeppen B. M., Netter F. H., [red. wyd.] Konturek S. J. Atlas fizjologii człowieka Nettera. Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2005.
- Mary E Maida M. E., O'Banion M. K., Felten D. L. [red. wyd.] Turaj W. Atlas neuroanatomii i neurofizjologii Nettera, Wydawnictwo Edra Urban & Partner, wyd. 3, Wrocław 2018.
- Rosołowska-Huszcz D., Gromadzka-Ostrowska J. Ćwiczenia z fizjologii człowieka. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2008.

Masaż:

- Kassolik K., Andrzejewski W. Masaż tensegracyjny, Wyd. MedPharm. Wrocław, 2014.
- Magiera L. Klasyczny masaż leczniczy. Bio Styl; Kraków 2017
- Materiały dla uczestników

Psychologiczne aspekty masażu:

- Gmitrzak D. Trening relaksacji. Jak uwolnić się od stresu, lęku i depresji. Samo Sedno; 2017.

Wykaz niezbędnych środków i materiałów dydaktycznych

Zajęcia praktyczne będą odbywać się w:

- wirtualnej pracowni anatomicznej BCU wyposażonej w stoły anatomiczne, okulary VR z atlasami anatomicznymi;
- pracowni masażu medycznego BCU wyposażonej w stoły do masażu regulowane elektrycznie wyposażone w podział na sekcje, interaktywną tablicę/ekran, kształtki do masażu, narzędzia do masażu oraz materiały jednorazowe (prześcieradła, podkłady pod twarz, kremy, oliwki, aparaturę do terapii falą uderzeniową i elektroterapii), aparat do USG;
- pracowni masażu holistycznego BCU wyposażonej w stoły do masażu podgrzewane, sprzęt do terapii światłem, sprzęt dodatkowy do wykonywania technik relaksujących, zestaw urządzeń do terapii ciepłem, emiter do aromaterapii, sprzęt do emitowania dźwięków, zestaw do masażu gorącymi kamieniami, elektryczne bańki chińskie, projektor sensoryczny obrazów na sufit, świece do masażu, elektrostymulator powierzchniowy mięśni, pistolet do masażu (muscle gun), zestaw masażu do akupresury.

Zajęcia teoretyczne odbywać się będą w salach dydaktycznych w pełni wyposażonych (projektor i tablice multimedialną, z dostępem do internetu i platformy typu LMS).

Materiały dydaktyczne (literatura zawodowa) dostępne będą w formie drukowanej lub elektronicznej.

2. SPOSÓB I FORMA PRZEPROWADZENIA EGZAMINU

Szkolenie zakończy się wydaniem branżowego certyfikatu umiejętności zawierającego informację o zakresie i wymiarze odbytego szkolenia branżowego.

Autor/rzy programu nauczania (jeśli dotyczy):

prof. dr hab. Andrzej Myśliwiec, dr hab. Daria Chmielewska prof. uczelni, , dr Katarzyna Nierwińska, dr Rafał Trąbka, dr Zuzanna Wałach-Biśta,

Nadzór merytoryczny i metodyczny (jeśli dotyczy):

prof. dr hab. Andrzej Myśliwiec

Opracowanie redakcyjne (jeśli dotyczy):

dr Rafał Trąbka, Aldona Bartnicka