



**KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY**



**Rzeczpospolita
Polska**

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



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”

Nowy Sącz, 2025

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

1. CZAS TRWANIA, ORGANIZACJA

Uczestnicy branżowego szkolenia zawodowego:	- Osoby wykonujące zawód masażysty, opiekuna medycznego, fizjoterapeuty która ukończyła kwalifikacyjny kurs zawodowy lub szkołę policealną w zawodzie masażysta, opiekun medyczny, fizjoterapeuta lub studia na poziomie co najmniej licencjata w zawodzie fizjoterapeuta. - Osoby posiadające aktualny status ucznia lub studenta realizującego kształcenie odpowiednio w zawodach technik masażysta, opiekun medyczny, fizjoterapeuta
Czas trwania:	5 – 7 dni
Liczba godzin kształcenia:	30 godzin.
Sposób organizacji szkolenia:	
Szkolenie będzie organizowane w formie stacjonarnej w siedzibie BCU (zajęcia praktyczne i zajęcia teoretyczne), platforma e-learningowa służyć będzie jako dostęp do materiałów dydaktycznych.	

2. WYMAGANIA WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW BRANŻOWEGO SZKOLENIA ZAWODOWEGO

- osoby dorosłe w wieku 25+ Osoba wykonująca zawód masażysty, opiekuna medycznego, fizjoterapeuty która ukończyła kwalifikacyjny kurs zawodowy lub szkołę policealną w zawodzie masażysta, opiekun medyczny, fizjoterapeuta (posiada dyplom na poziomie V Polskiej Ramy Kwalifikacji) lub studia na poziomie co najmniej licencjata w zawodzie fizjoterapeuta (posiada dyplom na poziomie VI-VII Polskiej Ramy Kwalifikacji),
- osoby młode w wieku 14-24 lat (tj. posiadająca aktualny status ucznia lub studenta realizującego kształcenie zawodowe w zawodach odpowiednio technik masażysta, opiekun medyczny, fizjoterapeuta)

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 kompetencji w zakresie wykonywania technik masażu z wykorzystaniem bodźców sensorycznych oraz z elementami podstaw psychologii i metod komunikacji;
- kształtowanie wiedzy teoretycznej i praktycznej w zakresie budowy i funkcjonowania organizmu człowieka z wykorzystaniem nowoczesnych, multimedialnych narzędzi do nauczania anatomii i fizjologii człowieka;
- opanowanie wiedzy w zakresie bodźców oraz preferencji sensorycznych;
- upowszechnienie transformacji ekologicznej i cyfrowej z wykorzystaniem multiportalu;

Sformatowano: Wyjustowany

- aktywne funkcjonowanie na zmieniającym się rynku pracy poprzez kształtowanie wiedzy branżowej w zakresie masażu i opieki społecznej;
- 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 powierzchownej.
Oczekiwane efekty kształcenia: wiedza lub umiejętności zawodowe w zakresie dziedziny zawodowej, przydatne do wykonywania zawodu:
- Uczestnik/-czka zna mianownictwo anatomiczne niezbędne do wykonania realizowanego w trakcie zajęć masażu; - Uczestnik/-czka potrafi rozpoznać i lokalizować omawiane w trakcie szkolenia 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 korzystać z zasobów udostępnianych na platformie Internetowej 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 ocenę narządów zmysłów oraz ocenić równowagę;
- Uczestnik/-czka potrafi dokonać pomiaru i zinterpretować wyniki pomiaru tętna i ciśnienia krwi oraz liczby oddechów, a także ocenić odruchy z wybranych poziomów układu nerwowego w zakresie bezpiecznego stosowania masażu.

w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:

Uczestnik/-czka potrafi korzystać z zasobów udostępnianych na platformie Internetowej 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 z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań

2. Nabycie umiejętności prawidłowego ułożenia osoby do masażu z wykorzystaniem kształtek, w tym osób ze specjalnymi potrzebami.

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

- Uczestnik/-czka zna omówione w trakcie zajęć zasady wykonania masażu klasycznego.
- Uczestnik/-czka zna wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu (niezbędne do podjęcia decyzji przystąpienia lub odstąpienia od wykonania masażu).
- Uczestnik/-czka posiada umiejętności wykonania technik masażu w praktyce w ramach technik omawianych w trakcie zajęć realizowanych na podstawie opracowanych do kursu materiałów

dydaktycznych.

- Uczestnik/-czka ma umiejętność korzystania z zestawu kształtek w celu ergonomicznego ułożenia osoby masowanej, w tym ze specjalnymi potrzebami,
- Uczestnik/-czka rozumie wyjściowe zasady łączenia masażu z bodźcami sensorycznymi (dźwięk, światło, zapach, dotyk, wibracja itp.),
- Uczestnik/-czka jest zapoznany z zasadami nawiązania i utrzymania pełnego szacunku kontaktu z osobą masowaną.

w tym kształtujące umiejętności cyfrowe:

Uczestnik/-czka potrafi korzystać z zasobów udostępnianych na platformie Internetowej 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 oddechow: 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 wyjściową wiedzę na temat technik radzenia sobie ze stresem z zakresu psychologii w oparciu o przekazane w trakcie kursu informacje;
- Uczestnik/-czka potrafi zastosować w podstawowym wymiarze techniki relaksacyjne, oddechow i sensoryczne (dźwięk, światło, zapach, dotyk, wibracja itp.) w celu obniżenia poziomu napięcia u siebie i osoby masowanej w trakcie sesji masażu;
- Uczestnik/-czka zna zasady 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 korzystać z zasobów udostępnianych na platformie Internetowej 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, UdoSchumacher, 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.
- Materiały zamieszczone w platformie BCU.

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, emitery do aromaterapii, sprzęt do emitowania dźwięków, zestaw do masażu gorącymi kamieniami, elektryczne bańki chińskie, projektor sensoryczny obrazów na sufit, świece do masażu, 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.



Rzeczpospolita
Polska

Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



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