



**Dodatek č.4 k ŠVP Masér ve zdravotnictví**  
**Platnost: od 1. 9. 2021**  
**Č.j. 1110/2021/SZJPB**



# **ŠKOLNÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM**

## **Masér ve zdravotnictví**

**RVP: 53 – 41– M / 04 Masér ve zdravotnictví**

## **Dodatek č.4 k ŠVP Masér ve zdravotnictví**

Název a adresa školy: Střední zdravotnická a Vyšší odborná škola zdravotnická, Příbram I, Jiráskovy sady 113

Zřizovatel: Středočeský kraj

Název ŠVP: Masér ve zdravotnictví

Kód a název oboru: 53-41-M/04 Masér ve zdravotnictví

Délka a forma vzdělání: 4 roky v denní formě vzdělání, střední vzdělání s maturitní zkouškou, kvalifikační úroveň EQF 4

Platnost dodatku č.4: od 1. 9. 2021

Ředitel školy: Mgr. Václav Kočovský v.r.

Schváleno ředitelem školy: 25. 8. 2021

Oznámeno školské radě dne: 30. 8. 2021

Projednáno a schváleno pedagogickou radou per rollam: 26. 8. 2021

Tímto dodatkem se upravuje ŠVP Masér oboru vzdělání 53-41-M/04 Masér ve zdravotnictví od 1. 9. 2021 takto:

1. Změna hodinové dotace předmětu Kompenzační a regenerační cvičení na 2/2/0/0.
2. Nový předmět Seminář masérské péče s hodinovou dotací 0/0/2/2. Předmět svou strukturou aktivně reaguje na aktuální potřeby sociálního partnera a rovněž splňuje kritéria pro přípravu žáků na praktickou část maturitní zkoušky.
3. Dle možností (ekonomických a časových) bude využita tandemová výuka.

**Učební plán, školní rok 2021/2022****1. MZ, 2.MZ, 3.MZ, 4.MZ**

Název a adresa školy: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Příbram I, Jiráskovy sady 113

Název ŠVP: Masér ve zdravotnictví

Kód a název oboru vzdělání: 53-41-M/04 Masér ve zdravotnictví

Délka a forma vzdělávání: 4 roky v denní formě vzdělávání, kvalifikační úroveň EQF 4

Platnost učební osnovy: od 1. 9. 2021 počínaje prvním ročníkem

Vyučovací předmět	Počet týdenních vyučovacích hodin				
	21/22	20/21	19/20	18/19	Celkem týdně / RVP
	Kolková	Hlinecká	Chrastinová	Polívková	
	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	
34 týdnů	34 týdnů	32 týdnů	31 týdnů		
Český jazyk a literatura	1/34	2/68	2/64	2/62	7/5
	2/68	1/34	1/32	2/62	6/5
Cizí jazyk I	4/136	3/102	3/96	3/93	13/10
Společenskovědní základ	2/68	1/34	2/64		5/5
Chemie	2/68	1/34			3
Biologie a ekologie	2/68				2
Fyzika	2/68				2 7/4
Matematika	3/102	2/68	2/64	2/62	9/7
První pomoc		2/68			2
Tělesná výchova	2/68	2/68	2/64	2/62	8 10/8
Informační a komunikační technologie	2/68	2/68			4
Ekonomika				2,5 2h/s,3h/l	2,5
Výchova ke zdraví	1/34				1
<b>Somatologie</b>	2/68	2/68	1/32		5

<b>Nauka o pohybovém systému</b>	2/68				2
Klinická propedeutika		2/68			2
Patologie			2/64		2
Mikrobiologie, epidemiologie a hygiena		1/34			1 13/10
<b>Léčebné masáže*</b>	<b>4/136</b>	<b>6/204</b>			10
<b>Fyzikální terapie*</b>	1/34	1+1/34+34			3
<b>Masérská péče*</b>			10/320	10/310	20
Kompenzační a regenerační cvičení*	2/68	2/68			4
Vyšetřovací metody hybného systému		2/68	2/64	2/62	6 43/42
<b>Psychologie a komunikace</b>		2/68	2/64	1/31	5
Seminář z cizího jazyka nebo matematiky				1	1
Seminář ze somatologie				1	1
Seminář masérské péče			2	2	4
Celkem	33	35	30	30,5	132,5
Odborná praxe			4týdny/120h.		

\* hodiny praktického vyučování: 136+204+192+186+34+128+124+68+68+64+62=1266/1200(min. dle RVP)

Přehled využití týdnů				
Činnost	Ročník			
	1.	2.	3.	4.
Vyučování	34	34	32	31
Odborná praxe	0	0	4	0
Sportovní kurzy	1	1	0	0
Školní akce- exkurze, výlety, soutěže	3	3	3	0
Maturitní zkoušky	0	0	0	4
Rezerva	2	2	1	1
Celkem	40	40	40	37

## Kompenzační a regenerační cvičení

Název a adresa školy: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická,  
Příbram I, Jiráskovy sady 113

Název ŠVP: Masér

Kód a název oboru vzdělání: 53 – 41 – M / 04 Masér ve zdravotnictví

Název vyučovacího předmětu: Kompenzační a regenerační cvičení

Platnost učební osnovy: od 1. 9. 2021

### Učební osnova předmětu Kompenzační a regenerační cvičení

Ročník	1.	2.	3.	4.	Celkem
Počet hodin	2	2	0	0	4

### Pojetí vyučovacího předmětu

#### Obecné cíle

Předmět kompenzační a regenerační cvičení je součástí odborného vzdělání a jeho cílem je získání základních vědomostí a dovedností nutných k osvojení si sady kompenzačních a regeneračních cvičení vhodných k odstranění důsledků oslabení organismu. Žáci se seznamují s teoretickými a praktickými zásadami základních technik a metod kompenzačních a regeneračních cvičení se zásadami správného dýchání, chůze a manipulace s břemeny. Poznatky a dovednosti využívají k praktické aplikaci u jednotlivých pacientů a klientů.

Vzdělávání dále poskytuje žákům vědomosti a dovednosti potřebné k využití cvičení pro kompenzaci zátěže související s výkonem profese. Seznamuje žáky s principy sestavování kompenzačních a relaxačních cvičebních jednotek.

Vzdělávání žáky připravuje organizovat a vést pomocí pohybové činnosti preventivně-kompenzační a regenerační proces všech věkových skupin zaměřený na udržování příznivé tělesné i duševní kondice a na prevenci zdravotního oslabení a poruch vznikajících z negativních vlivů současného životního stylu, popřípadě na jejich zlepšení.

#### Charakteristika učiva

Učivo vyplývá z RVP z oblasti kompenzačního a regeneračního cvičení. Předmět tvoří tematické celky – kompenzační a regenerační cvičení, zásady správného dýchání, zásady vertikalizace, chůze a manipulace s břemeny a polohování. Součástí výuky je obsluha a běžná údržba používaných zařízení a pomůcek, důsledné dodržování zdravotně-hygienických předpisů a bezpečnosti práce. Žáci získávají v jednotlivých okruzích teoretické znalosti a následně praktické dovednosti. Získané dovednosti jsou využívány při týmové péči o pacienty a klienty.

#### Výsledky vzdělávání v oblasti citů, postojů, preferencí a hodnot

V předmětu kompenzační a regenerační cvičení byl žák veden tak, aby si uvědomoval přínos předmětu pro péči o zdraví i pro běžný život, aby pohybovou činnost chápal jako nedílnou součást životního stylu, byl motivován k celoživotnímu provádění pohybových aktivit, mohl předávat vlastní zkušenosti klientům, vyhýbal se zdraví škodlivým aktivitám a nebezpečným návykům, dodržoval zásady a předpisy BOZP a hygieny, neplýtvat materiálními prostředky a byl připraven osvojené poznatky aplikovat v dalším studiu. Vážil si a chránil své zdraví a zdraví klientů, kultivoval svůj pohybový projev. Dokázal pracovat v týmu, respektoval názory jiných, kontroloval a ovládal své jednání, měl vhodnou míru sebeodpovědnosti a schopnost morálního úsudku.

#### Strategie (pojetí) výuky

Předmět je teoreticko - praktický, hlavní důraz je kladen na praktické dovednosti, vlastní myšlení a schopnost vytvořit a aplikovat kompenzační a regenerační cvičení pro konkrétního pacienta/klienta. Výuka probíhá cyklicky, zvládnuté dovednosti a cvičení se v každém ročníku opakují a dále se prohlubují.

Vyučuje se v 1. a 2. ročníku dvě hodiny týdně, tj. 68 hodin. Praktické hodiny bezprostředně navazují na probraný tematický celek ve výuce teoretické. V teoretické výuce se využívají výkladové metody, ale i formy samostatné a skupinové práce žáků, práce s odbornou literaturou. V hodinách cvičení je probrané teoretické učivo procvičováno prakticky v podmínkách školy, výuka je doplňována exkurzemi.

### **Hodnocení výsledků vzdělávání**

Hodnocení předmětu kompenzační a regenerační cvičení je v souladu s klasifikačním řádem školy. Důraz je kladen na přesnost a kvalitu provádění cvičení, na správnost aplikace jednotlivých procedur, schopnost vedení cvičební jednotky, schopnost syntetizovat teoretické poznatky s praktickým cvičením a aplikovat je v praxi dále na dodržování bezpečnostních předpisů a hygienických požadavků. Je přihlíženo k aktivnímu přístupu, k vlastní iniciativě ve výuce a schopnosti komunikovat s klientem. Důležitým kritériem je znalost a dodržování zásad bezpečnosti, slušného chování a pokynů učitele (fyzioterapeuta).

### **Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí**

V kompenzačním a regeneračním cvičení jsou převážně rozvíjeny tyto klíčové kompetence:

- kompetence k učení, tzn. mít pozitivní vztah k osvojování si poznatků a motivaci k dalšímu vzdělávání v oblasti kompenzace a regenerace, využívat různé druhy senzomotorického učení pro rozvoj vlastní i pacient/klientů, vyhledávat nové poznatky ve svém oboru a využívat je ke svému profesionálnímu růstu
- kompetence k řešení problémů, tzn. využívat cvičení ke zvyšování odolnosti ve stresových situacích, vyhodnotit správnost zvoleného postupu při aplikaci regeneračně-terapeutických procedur, při řešení problému spolupracovat s ostatními lidmi, navrhnout způsob řešení
- kompetence komunikativní, tzn. komunikovat a diskutovat v kolektivu, vhodně komunikovat s klientem, vyjadřovat se a vystupovat v souladu se zásadami kultury projevu a chování, formulovat své myšlenky srozumitelně a souvisle, porozumět běžné odborné terminologii
- kompetence personální a sociální, tzn. spolupracovat v rámci týmu a zastávat různé role, uvědomit si nezbytnost přebírání zkušeností druhých lidí pro vlastní zdokonalování, respektovat názor druhého
- kompetence k pracovnímu uplatnění a podnikatelským aktivitám, tzn. využívat svých osobnostních a odborných předpokladů ve své profesi, uvědomovat si nutnost celoživotního vzdělávání, přizpůsobovat se měnícím se pracovním podmínkám
- kompetence využívat prostředky informačních a komunikačních technologií a pracovat s technologií, tzn. vyhledávat informace týkající se kompenzace a regenerace na internetu, pro cvičení využívat CD, TV, DVD, časopisy, knihy.

## Přínos předmětu k aplikaci průřezových témat

- člověk a svět práce - výuka předmětu rozvíjí fyzickou i psychickou odolnost žáka, což se projevuje ve schopnosti efektivně vykonávat tělesnou činnost a zvládat zátěžové situace, žák se učí využívat tělesná cvičení k regeneraci fyzických a duševních sil
- člověk a životní prostředí - využívání úsporných spotřebičů a postupů, dodržování bezpečnosti a hygieny práce, dopad negativních vlivů životního prostředí na fyzickou i psychickou stránku člověka
- občan v demokratické společnosti - výuka předmětu učí vhodně jednat s klienty, respektovat osobnost druhého a přijímat zodpovědnost za svá rozhodnutí, žák získá vhodnou míru sebevědomí, sebeodpovědnosti a schopnosti morálního úsudku.

### Mezipředmětové vztahy

Kompenzační a regenerační cvičení úzce souvisí s předměty: Tělesná výchova, Somatologie, Psychologie a komunikace.

## Rozpis učiva a výsledků vzdělávání

### 1. ročník 68 hodin

Výsledky vzdělávání	Rozpis učiva
Žák: - objasní význam a podstatu kompenzačních a regeneračních metod; - popíše význam kompenzačního a regeneračního cvičení jako prevence; - charakterizuje moderní trendy	Kompenzační a regenerační cvičení - definice, úkoly a cíle - praktické využití, význam pro člověka a společnost - současné trendy a způsoby v oblasti regenerace a relaxace
Žák: - provede podle zadaných kritérií jednotlivé druhy pohybů; - uvědomí si jejich účel, rozdělení, způsob provádění; - popíše a provede základní cvičební polohy; - popíše a předvede názvosloví jednotlivých cviků (pohybů)	Druhy pohybů a tělovýchovné názvosloví - druhy pohybů- aktivní, pasivní, semiaktivní, s dopomocí, silové, rychlostní, obratnostní, vytrvalostní, švihové, tahové, kyvadlové - názvosloví - polohy a pohyby celého těla (postoje, kleky, sedy,...) - názvosloví - polohy a pohyby částí těla (paže, nohy, trup, hlava)
Žák: - popíše a provede základní cvičební polohy; - při praktické ukázce se řídí zásadami vedení cvičení; - předvede dostatečnou zásobu cviků; - sestaví a předvede krátkou cvičební jednotku	Praktická ukázka cvičení - základní cvičební polohy - zásady vedení cvičení - praktická ukázka cvičení - cvičební jednotka- struktura, zásady vedení cvičební jednotky



<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí využití a cíle kompenzačního cvičení;</li> <li>- rozdělí kompenzační cvičení podle fyziologického účinku;</li> <li>- zdůvodní pořadí použitých cviků;</li> <li>- vysvětlí význam a zásady jednotlivých cvičení</li> </ul>	<p>Kompenzační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- charakteristika, význam, zásady, využití a cíle</li> <li>- cvičební jednotka- struktura, zásady vedení cvičební jednotky</li> <li>- posilovací, protahovací, uvolňovací- definice, zásady provádění</li> <li>- balanční, dechová, relaxační, aerobní cvičení, specifické formy pohybové aktivity- definice, zásady provádění</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- použije zásady provádění jednotlivých cvičení při praktické ukázce</li> <li>-</li> </ul>	<p>Uvolňovací kompenzační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam, zásady cvičení, zásobník cviků</li> <li>- praktická ukázka cvičení</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- provede cvičení s různými druhy cvičebních pomůcek;</li> <li>- vysvětlí význam a zásady správného cvičení</li> </ul>	<p>Protahovací kompenzační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam, zásady cvičení, zásobník cviků</li> <li>- praktická ukázka cvičení</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí význam a zásady správného cvičení;</li> <li>- provede správně cvičení s vlastní hmotností a s pomůckami</li> </ul>	<p>Posilovací KC</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam, zásady, zásobník cviků</li> <li>- posilování s vlastní hmotností</li> <li>- posilovací cvičení za pomoci pomůcek,</li> <li>- praktická ukázka cvičení</li> </ul>

## 2. ročník 68 hodin

Výsledky vzdělávání	Rozpis učiva
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- použije teoretické poznatky v praktické ukázce;</li> <li>- zvolí vhodnou balanční pomůcku ke cvičení;</li> <li>- sestaví a předvede krátkou balanční cvičební jednotku;</li> <li>- vysvětlí význam a zásady správného cvičení;</li> <li>- dbá na bezpečnost při cvičení</li> </ul>	<p>Balanční cvičení (senzomotorická)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- charakteristika, význam, zásady</li> <li>- druhy balančních pomůcek</li> <li>- cvičební jednotka- struktura, zásady vedení cvičební jednotky</li> <li>- zásobník cviků</li> <li>- bezpečnostní pravidla</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uvědomuje si význam dechových cvičení;</li> <li>- vysvětlí mobilizační význam dechu na pohybový systém;</li> <li>- zvládá různé druhy dýchání;</li> <li>- provádí lokalizované dýchání;</li> </ul>	<p>Dechová a relaxační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- působení a význam dechových cvičení</li> <li>- zásady nácviku správného dýchání</li> <li>- druhy dýchání</li> <li>- lokalizované dýchání</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí význam dechové gymnastiky statické a dynamické;</li> <li>- provádí dechová cvičení;</li> <li>- charakterizuje relaxaci;</li> <li>- objasní význam vybraných relaxačních technik;</li> <li>- předvede relaxační cvičení;</li> <li>- posoudí vhodnost relaxačních cvičení</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dechová cvičení, dechová gymnastika</li> <li>- relaxace a její význam pro zdraví</li> <li>- relaxační cvičení – druhy, způsoby aplikace, využití audiovizuální techniky</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše cvičení s různými druhy cvičebních pomůcek;</li> <li>- ukáže dostatečný zásobník cviků;</li> <li>- sestaví a předvede krátkou cvičební jednotku s jedním druhem náčiní</li> <li>- posoudí vhodnost užití cvičebních pomůcek;</li> <li>- vybere cvičební pomůcku s ohledem na cíl cvičení</li> </ul>	<p>Kompenzační cvičení s cvičebními pomůckami</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení s tyčemi, lehkými činkami, pružnými tahy, overbally, na gymballech, úsečích – význam, zásady, zásobník cviků</li> <li>- cvičební jednotky s použitím cvičebních pomůcek</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše a předvede správnou chůzi, chůzi s lokomočními pomůckami a v různých podmínkách (terén, schody, rovina);</li> <li>- popíše a předvede správnou manipulaci s břemeny a vysvětlí její význam</li> </ul>	<p>Chůze a manipulace s břemeny</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zásady a význam správné chůze a manipulace s břemeny</li> <li>- zásady chůze s lokomočními pomůckami</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše a předvede nácvik vertikalizace do sedu a do stoje;</li> <li>- dodržuje metodické zásady při vertikalizaci nemocného/klienta</li> </ul>	<p>Vertikalizace pacienta/klienta</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam a postup vertikalizace její cíl a způsoby provedení</li> <li>- metodické zásady</li> <li>- bezpečnostní pravidla</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše a správně provede základní polohování nemocného/klienta na lůžku ve zdravotnickém zařízení;</li> <li>- doporučí a předvede možnosti polohování v domácím prostředí</li> </ul>	<p>Polohování pacienta/klienta</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- význam, zásady, hlavní cíle a způsoby polohování</li> <li>- polohy-na zádech, semisupinační, semipronační, na boku, polosed, na břiše</li> </ul>

## Seminář masérské péče

Název a adresa školy: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická,  
Příbram I, Jiráskovy sady 113

Název ŠVP: Masér

Kód a název oboru vzdělání: 53 – 41 – M / 04 Masér ve zdravotnictví

Název vyučovacího předmětu: Seminář masérské péče

Platnost učební osnovy: od 1. 9. 2021

### Učební osnova předmětu Seminář masérské péče

Ročník	1.	2.	3.	4.	Celkem
Počet hodin	-	-	2	2	4

### Pojetí vyučovacího předmětu

#### Obecné cíle

Cílem předmětu je profesní příprava žáků k poskytování masérské péče podle indikace a pokynů fyzioterapeuta způsobilého k výkonu povolání bez odborného dohledu nebo lékaře se specializací v oboru rehabilitační a fyzikální medicíny. Cílem předmětu je umožnit žákům, aby získali teoretické znalosti a praktické dovednosti týkající se fyzikálně-terapeutických procedur, zejména masáží, tepelných, vodoléčebných procedur a základů provádění kompenzačních cvičení. Předmět žákům umožní kvalitní přípravu na závěrečnou maturitní zkoušku s ohledem na konkrétní zkušenosti z odborných pracovišť.

#### Charakteristika učiva

Učivo vychází z RVP z témat : Fyzikálně - terapeutické procedury, Léčebné masáže, Kompenzační a regenerační cvičení. Koncepte předmětu je teoreticko - praktická a obsahem se řadí mezi předměty odborné. Předmět navazuje na teoreticko-praktickou výuku odborných předmětů Léčebné masáže, Fyzikální terapie a Kompenzační a regenerační cvičení, které jsou vyučovány v 1. ročníku a 2. ročníku. Teoretické poznatky se stávají východiskem pro osvojování a prohlubování žádaných profesních dovedností a postojů. Při výuce se klade důraz na rozvoj samostatnosti, tvořivosti a profesionální odpovědnosti. Výuka probíhá ve 3. a 4. ročníku v dvouhodinové dotaci. Náplň předmětu přímo reaguje na získané zkušenosti z odborných pracovišť, které jsou dále procvičovány a upřesňovány.

#### Směrování výuky v oblasti citů, postojů, preferencí a hodnot

Výuka rozvíjí u žáků klíčové i odborné kompetence, vytváří podmínky k získávání dovedností pro plánování a hodnocení jejich práce, pro účinnou organizaci práce a konstruktivní řešení pracovních situací a problémů. Žáci se učí dbát o své zdraví a osobní rozvoj, vyrovnávat se s pracovním zatížením a dodržovat zásady bezpečnosti a ochrany zdraví při práci včetně dodržování hygienických předpisů. Žáci se učí být účinnými členy týmu, pracovat kvalitně a odpovědně, jednat ekonomicky a v souladu se strategií udržitelného rozvoje.

#### Strategie výuky

Výchovné a vzdělávací strategie směřují žáky k rozvíjení odborných i klíčových kompetencí. Ve výuce jsou využívány následující výukové metody a strategie:

- Slovní monologické metody tj. vysvětlování, výklad, přednáška, popis
- Slovní dialogické metody tj. rozhovor, diskuse

- Názorně-demonstrační metody tj. předvádění činností a pozorování
- Dovednostně-praktické metody, zaměřeny na vlastní aktivitu a činnost žáků
- Diskusní metody, komunikace mezi žákem a učitelem a mezi žáky navzájem ( výměna názorů, argumentace, zkušenosti )
- Sebekontrola a sebehodnocení žáků
- Samostatné práce vyžadující aplikace teoretických poznatků
- Důraz na týmovou práci a kooperaci
- Prezentace vlastních názorů
- Dodržování pravidel bezpečného chování
- Práce s kazuistikami

### **Hodnocení výsledků vzdělávání**

Žáci jsou hodnoceni v souladu s platnou přílohou školního řádu – Hodnocení prospěchu a chování žáků střední školy. Žák je systematicky veden k vlastnímu sebehodnocení. Důležitým kritériem hodnocení je rovněž zohlednění žákovy aktivity při hodinách, svědomitost a pečlivost při plnění zadaných úkolů v souladu s etikou a estetikou zdravotnického pracovníka a respektování hygienických předpisů a zásad BOZP a PO při výuce.

### **Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí**

- kompetence k učení: Žáci jsou vedeni k pozitivnímu vztahu k osvojování poznatků, jsou motivováni k dalšímu celoživotnímu vzdělávání potřebnému pro výkon povolání
- kompetence k řešení problémů: Žáci uplatňují odborné znalosti při řešení problémů v masérské péči, spolupracují v rámci týmu při řešení problémů
- kompetence komunikativní: Žáci komunikují na odborné úrovni, dodržují jazykové a stylistické normy a odbornou terminologii v písemné i ústní formě
- kompetence personální a sociální: Žáci jsou odpovědní ke svému zdraví a zdraví ostatních, spolupracují s ostatními lidmi, přijímají a odpovědně plní zadané úkoly
- kompetence k pracovnímu uplatnění: Žáci chápou význam celoživotního učení, mají odpovědný postoj k vlastní profesní budoucnosti, mají přehled o možnostech profesního uplatnění
- kompetence využívat prostředky IKT a pracovat s informacemi: Žáci vyhledávají informace, efektivně s nimi pracují, kriticky je vyhodnocují a odpovědně uplatňují

### **Přínos předmětu k aplikaci průřezových témat**

- člověk a svět práce: žák získá znalosti a kompetence k úspěšnému uplatnění se na trhu práce, je veden k uvědomění si zodpovědnosti za vlastní život, orientuje se v možnostech celoživotního vzdělávání v oboru, je motivován k aktivnímu pracovnímu životu
- člověk a životní prostředí: žák si osvojí zásady zdravého životního stylu a vědomí odpovědnosti za své zdraví, uvědomí si vztah mezi životním prostředím, životním stylem a zdravím jedince a společnosti

### *Mezipředmětové vztahy*

Předmět Seminář masérské péče úzce souvisí s předměty: Léčebné masáže, Fyzikální terapie, Kompenzační a regenerační cvičení

## Rozpis učiva a výsledků vzdělávání

3. ročník 64 hod.

Výsledky vzdělávání	Rozpis učiva
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dodržuje ustanovení týkající se bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a požární prevence</li> <li>- dodržuje zásady osobní a provozní hygieny a zdravotnickou etiku;</li> </ul>	<p>BOZP, hygiena práce, požární prevence</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pracovněprávní problematika BOZP</li> <li>- řízení bezpečnosti práce v podmínkách organizace a na pracovišti</li> <li>- bezpečnost technických zařízení</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- připraví pracoviště a masážní potřeby</li> <li>- připraví nemocného / klienta pro výkon zvolené masáže podle jeho zdravotního stavu a hygienických předpisů</li> <li>- zvolí vhodný druh a postup masáže v souladu s aktuálním zdravotním stavem nemocného / klienta a indikací</li> <li>- provádí částečnou klasickou masáž zad, šíje, HK, DK podle indikace fyzioterapeuta, zajišťuje, kontroluje a uskladňuje zdravotnické prostředky, provádí dezinfekci;</li> </ul>	<p>Klasická masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- masážní hmaty</li> <li>- klasická masáž částečná zaměřená na danou oblast</li> <li>- léčebná masáž (měkká technika) zaměřená na danou oblast</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- připraví nemocného / klienta pro výkon míčkování</li> <li>- objasní a správně provede technologické postupy míčkování</li> <li>- provádí sestavu pro trup a obličej</li> <li>- sleduje reakce nemocného / klienta v průběhu masáže</li> <li>- dodržuje zásady osobní a provozní hygieny a zdravotnickou etiku;</li> <li>- užívá míčky k uvolnění měkkých tkání</li> </ul>	<p>Léčebné masáže - míčkování</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku míčkování</li> <li>- technika míčkování</li> <li>- indikace míčkování</li> <li>- sestava pro trup</li> <li>- sestava pro obličej</li> </ul> <p>Míčková facilitace</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- využití míčkové facilitace v rámci měkkých technik</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyhledá reflexní projevy</li> <li>- připraví pracoviště a masážní pomůcky v souladu s technologickým postupem</li> <li>- použije vhodné hmaty s ohledem na oblast aplikace</li> <li>- sleduje vegetativní projevy nemocného / klienta</li> </ul>	<p>Léčebné masáže – reflexní masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku reflexní masáže</li> <li>- reflexní projevy, vyhledávání reflexních projevů, přesun reflexů</li> <li>- dávkování masáže</li> <li>- masážní hmaty</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- v průběhu terapeutického procesu sleduje stav a pohodu nemocného / klienta, zohledňuje jeho zdravotní, osobnostní a sociokulturní specifika</li> </ul>	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- předvede masážní hmaty v dané oblasti ve správném pořadí</li> <li>- vybere vhodnou skupinu hmatů pro zpracování dané oblasti</li> </ul>	<p>Sportovní masáže</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- masážní hmaty</li> <li>- sportovní masáž částečná (zaměřená na danou oblast)</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyšetří měkké tkáně</li> <li>- provádí techniku ošetření kůže, podkoží a fascií</li> <li>- využívá dechové synkinézy a synkinézy pomocí zraku;</li> <li>- aplikuje základní techniky kineziotapingu (facilitační a inhibiční)</li> </ul>	<p>Měkké manuální techniky</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku měkkých technik</li> <li>- vyšetření měkkých tkání</li> <li>- ošetření kůže, podkoží a fascií a svalů</li> <li>- postizometrická relaxace</li> <li>- antigravitační technika</li> <li>- princip a účinky kineziotapingu</li> <li>- trakce</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše bazální ošetření</li> <li>- aplikuje přístrojovou lymfodrenáž</li> </ul>	<p>Léčebné masáže – lymfatická masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- lymfatická masáž, lymfedém</li> <li>- princip bazálního ošetření</li> <li>- indikace a kontraindikace lymfatické masáže</li> <li>- technika manuální lymfatické masáže</li> <li>- aplikace přístrojové lymfodrenáž</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- specifikuje aplikaci konkrétních fyzioterapeutických procedur u jednotlivých onemocnění</li> <li>- rozliší rozdíly v aplikaci procedur vzhledem k onemocnění</li> <li>- dokáže popsat klinický obraz vybraných onemocnění</li> </ul>	<p>Fyzikálně-terapeutické procedury</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aplikace procedur u konkrétních onemocnění</li> <li>- FYT u onemocnění pohybového aparátu</li> <li>- FYT u onemocnění dýchacího ústrojí</li> <li>- FYT u neurologických onemocnění</li> <li>- FYT u revmatických onemocnění</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- edukuje pacienta/klienta při provádění jednotlivých kompenzačních cvičení</li> <li>- má dostatečnou zásobu cviků a dbá na jejich kvalitní provedení s ohledem na schopnosti a dovednosti klienta</li> <li>- respektuje zásady provádění jednotlivých cviků</li> <li>- při cvičení v bazénu využívá vlastností vody ke cvičení</li> </ul>	<p>Kompenzační a regenerační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zásady vedení cvičení, cvičební jednotka</li> <li>- cvičení posilovací</li> <li>- cvičení protahovací</li> <li>- cvičení uvolňovací</li> <li>- cvičení balanční</li> <li>- cvičení v bazénu</li> <li>- cvičení dechová (statické, dynamické) a relaxační</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozlišuje hydrostatický tlak a vztlak vody</li> <li>- dokáže správně použít pomůcky ke cvičení</li> <li>- vhodně využívá cvičení pro kompenzaci zátěže související s výkonem povolání pacienta/klienta</li> <li>- dbá na správné polohování pacienta/klienta vzhledem k jeho aktuálnímu zdravotnímu stavu</li> <li>- pomáhá při vertikalizaci a nácviku chůze s pacientem/klientem</li> <li>- v průběhu terapeutického procesu sleduje stav a pohodu pacienta/klienta, zohledňuje jeho zdravotní, osobnostní a sociokulturní specifika</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení s pomůckami</li> <li>- chůze a manipulace s břemeny</li> <li>- polohování pacienta/lienta</li> <li>- vertikalizace pacienta/klienta</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- definuje správné držení těla</li> <li>- rozpozná odchylky od SDT</li> <li>- rozpozná odchylky ve svalovém napětí (zvýšené, snížené)</li> <li>- určí omezenou kloubní hybnost</li> </ul>	<p>Vyšetření pohybového aparátu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyšetření kvality pohybového aparátu</li> <li>- vyšetření kloubní hybnosti</li> <li>- vyšetření páteře</li> <li>- vyšetření svalového napětí</li> <li>- správné držení těla</li> <li>- vadné držení těla</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozliší základy statického a dynamického baňkování</li> <li>- prokáže znalost masáže lávovými kameny</li> <li>- objasní účinek reflexologie plosky nohy</li> </ul>	<p>Alternativní procedury</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- baňkování</li> <li>- masáž lávovými kameny</li> <li>- reflexologie plosky nohy</li> </ul>

**Pozn.: Jednotlivé techniky a postupy budou v průběhu školního roku vyučovány v souvislosti s požadavky sociálních partnerů. Praktické dovednosti u žáků oboru masér ve zdravotnictví budou vyučovány s ohledem na odborné zaměření vyučujících.**

**4. ročník 62 hod.**

Výsledky vzdělávání	Rozpis učiva
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dodržuje ustanovení týkající se bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a požární prevence</li> <li>- dodržuje zásady osobní a provozní hygieny a zdravotnickou etiku;</li> </ul>	<p>BOZP, hygiena práce, požární prevence</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pracovněprávní problematika BOZP</li> <li>- řízení bezpečnosti práce v podmínkách organizace a na pracovišti</li> <li>- bezpečnost technických zařízení</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- připraví pracoviště a masážní potřeby</li> <li>- připraví nemocného / klienta pro výkon zvolené masáže podle jeho zdravotního stavu a hygienických předpisů</li> <li>- zvolí vhodný druh a postup masáže v souladu s aktuálním zdravotním stavem nemocného / klienta a indikací</li> <li>- provádí částečnou klasickou masáž zad, šíje, HK, DK podle indikace fyzioterapeuta, zajišťuje, kontroluje a uskladňuje zdravotnické prostředky, provádí dezinfekci;</li> </ul>	<p>Klasická masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- masážní hmaty</li> <li>- klasická masáž částečná zaměřená na danou oblast</li> <li>- léčebná masáž (měkká technika) zaměřená na danou oblast</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- připraví nemocného / klienta pro výkon míčkování</li> <li>- objasní a správně provede technologické postupy míčkování</li> <li>- provádí sestavu pro trup a obličej</li> <li>- sleduje reakce nemocného / klienta v průběhu masáže</li> <li>- dodržuje zásady osobní a provozní hygieny a zdravotnickou etiku;</li> <li>- užívá míčky k uvolnění měkkých tkání</li> </ul>	<p>Léčebné masáže - míčkování</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku míčkování</li> <li>- technika míčkování</li> <li>- indikace míčkování</li> <li>- sestava pro trup</li> <li>- sestava pro obličej</li> </ul> <p>Míčková facilitace</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- využití míčkové facilitace v rámci měkkých technik</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyhledá reflexní projevy</li> <li>- připraví pracoviště a masážní pomůcky v souladu s technologickým postupem</li> <li>- použije vhodné hmaty s ohledem na oblast aplikace</li> <li>- sleduje vegetativní projevy nemocného / klienta</li> <li>- v průběhu terapeutického procesu sleduje stav a pohodu nemocného /</li> </ul>	<p>Léčebné masáže – reflexní masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku reflexní masáže</li> <li>- reflexní projevy, vyhledávání reflexních projevů, přesun reflexů</li> <li>- dávkování masáže</li> <li>- masážní hmaty</li> </ul>



klienta, zohledňuje jeho zdravotní, osobnostní a sociokulturní specifika	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- předvede masážní hmaty v dané oblasti ve správném pořadí</li> <li>- vybere vhodnou skupinu hmatů pro zpracování dané oblasti</li> </ul>	<p>Sportovní masáže</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- masážní hmaty</li> <li>- sportovní masáž částečná (zaměřená na danou oblast)</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyšetří měkké tkáně</li> <li>- provádí techniku ošetření kůže, podkoží a fascií</li> <li>- využívá dechové synkinézy a synkinézy pomocí zraku;</li> <li>- aplikuje základní techniky kineziotapingu (facilitační a inhibiční)</li> </ul>	<p>Měkké manuální techniky</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mechanismus účinku měkkých technik</li> <li>- vyšetření měkkých tkání</li> <li>- ošetření kůže, podkoží a fascií a svalů</li> <li>- postizometrická relaxace</li> <li>- antigravitační technika</li> <li>- princip a účinky kineziotapingu</li> <li>- trakce</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- popíše bazální ošetření</li> <li>- aplikuje přístrojovou lymfodrenáž</li> </ul>	<p>Léčebné masáže – lymfatická masáž</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- lymfatická masáž, lymfedém</li> <li>- princip bazálního ošetření</li> <li>- indikace a kontraindikace lymfatické masáže</li> <li>- technika manuální lymfatické masáže</li> <li>- aplikace přístrojové lymfodrenáž</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- specifikuje aplikaci konkrétních fyzioterapeutických procedur u jednotlivých onemocnění</li> <li>- rozliší rozdíly v aplikaci procedur vzhledem k onemocnění</li> <li>- dokáže popsat klinický obraz vybraných onemocnění</li> </ul>	<p>Fyzikálně-terapeutické procedury</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aplikace procedur u konkrétních onemocnění</li> <li>- FYT u onemocnění pohybového aparátu</li> <li>- FYT u onemocnění dýchacího ústrojí</li> <li>- FYT u neurologických onemocnění</li> <li>- FYT u revmatických onemocnění</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- edukuje pacienta/klienta při provádění jednotlivých kompenzačních cvičení</li> <li>- má dostatečnou zásobu cviků a dbá na jejich kvalitní provedení s ohledem na schopnosti a dovednosti klienta</li> <li>- respektuje zásady provádění jednotlivých cviků</li> <li>- při cvičení v bazénu využívá vlastností vody ke cvičení</li> <li>- rozlišuje hydrostatický tlak a vztlak vody</li> </ul>	<p>Kompenzační a regenerační cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zásady vedení cvičení, cvičební jednotka</li> <li>- cvičení posilovací</li> <li>- cvičení protahovací</li> <li>- cvičení uvolňovací</li> <li>- cvičení balanční</li> <li>- cvičení v bazénu</li> <li>- cvičení dechová (statické, dynamické) a relaxační</li> <li>- cvičení s pomůckami</li> <li>- chůze a manipulace s břemeny</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokáže správně použít pomůcky ke cvičení</li> <li>- vhodně využívá cvičení pro kompenzaci zátěže související s výkonem povolání pacienta/klienta</li> <li>- dbá na správné polohování pacienta/klienta vzhledem k jeho aktuálnímu zdravotnímu stavu</li> <li>- pomáhá při vertikalizaci a nácviku chůze s pacientem/klientem</li> <li>- v průběhu terapeutického procesu sleduje stav a pohodu pacienta/klienta, zohledňuje jeho zdravotní, osobnostní a sociokulturní specifika</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- polohování pacienta/lienta</li> <li>- vertikalizace pacienta/klienta</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- definuje správné držení těla</li> <li>- rozpozná odchylky od SDT</li> <li>- rozpozná odchylky ve svalovém napětí (zvýšené, snížené)</li> <li>- určí omezenou kloubní hybnost</li> </ul>	<p>Vyšetření pohybového aparátu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyšetření kvality pohybového aparátu</li> <li>- vyšetření kloubní hybnosti</li> <li>- vyšetření páteře</li> <li>- vyšetření svalového napětí</li> <li>- správné držení těla</li> <li>- vadné držení těla</li> </ul>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozliší základy statického a dynamického baňkování</li> <li>- prokáže znalost masáže lávovými kameny</li> <li>- objasní účinek reflexologie plosky nohy</li> </ul>	<p>Alternativní procedury</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- baňkování</li> <li>- masáž lávovými kameny</li> <li>- reflexologie plosky nohy</li> </ul>

**Pozn.: Jednotlivé techniky a postupy budou v průběhu školního roku vyučovány v souvislosti s požadavky sociálních partnerů. Praktické dovednosti u žáků oboru masér ve zdravotnictví budou vyučovány s ohledem na odborné zaměření vyučujících.**