



جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دانشگاه ملی مهارت

معاونت آموزشی

مرکز ارتقاء مهارت و صلاحیت حرفه‌ای

دوره ارتقای شایستگی

ماساژورزی

گروه حرفه‌ای: دستیار فیزیوتراپی

ساعت دوره: ۴۰ ساعت

رشته تحصیلی مرتبط با دوره: تربیت بدنی، علوم ورزشی





کد دوره:

۳	۲	۵	۵	۰	۱	۵	۴	۰	۲
ISCO-08				شناسه حرفه		سطح ISCED	سطح صلاحیت	شناسه شایستگی	

هدف کلی:

فرد توانایی لازم را برای انجام وظایف مشخص و کمی پیچیده در معرض تغییر، ماساژ ورزشی، که نسبتاً قابل پیش بینی می باشد و کارها نیازمند استقلال و انتخاب های محدود هست را دارا می باشد.

این دوره برای چه کسانی مناسب است؟

دانشجویان و فارغ التحصیلان رشته های تربیت بدنی و علوم ورزشی

سایر شاغلین در حوزه دستیار فیزیوتراپی

چه کسانی این دوره را می توانند ارائه دهند؟

مدرسان دانشگاه ملی مهارت که تجربه مفید در تربیت بدنی را دارند

متخصصین بازار کار در حوزه دستیار فیزیوتراپی



ردیف	فرد پس از موفقیت در دوره قادر به انجام چه کارهایی می باشد؟
۱	ارزیابی وضعیت جسمانی ورزشکار
۲	طراحی و اجرای برنامه های ماساژ ورزشی
۳	ارائه مشاوره های تخصصی به ورزشکاران
۴	همکاری با تیم های ورزشی و کادر پزشکی
جمع ساعات نیاز به آموزش ۱۰ ساعت تئوری ۳۰ ساعت عملی	

فرد باتوجه به آماده شدن برای شغل مرتبط با دوره می بایست حداقل به ۲ مهارت نرم شغلی ذیل تسلط پیدا کند:





خدمات مشتری

مشتری مداری

مدیریت شکایات

توسعه فردی

کار تیمی

کار در تیم ها یا گروه ها

تعامل با همکاران

احترام به افکار و نظرات دیگران در گروه

درک و مشارکت در اهداف سازمان

برنامه ریزی و تصمیم گیری با دیگران و حمایت از اهداف

ایجاد مشارکت و مامتی انواع تجربه ها، کار در جهت اجماع گروهی در تصمیم گیری

ارزش گذاری به ورودی دیگران

پذیرش بازخورد

منتوری و مربیگری و بازخورد دادن

بسیج گروهی برای افزایش کارایی

همکاری فارغ از جنسیت، نژاد، مذهب یا اقناع سیاسی در سنین مختلف

دانستن نحوه تعریف نقش به عنوان بخشی از تیم

خود مدیریتی

داشتن چشم انداز و اهداف شخصی

ارزیابی و نظارت بر عملکرد خود

داشتن دانش و اطمینان به ایده ها و چشم اندازهای خود

بیان ایده ها و چشم اندازهای شخصی

قبول مسئولیت

فناوری

داشتن طیف وسیعی از مهارت های اساسی فناوری اطلاعات

استفاده از IT به عنوان یک ابزار مدیریتی

استفاده از IT برای سازماندهی داده ها

تمایل به یادگیری مهارت های جدید IT

داشتن ظرفیت فیزیکی برای استفاده از فناوری

انطباق پذیری

انعطاف پذیری

سازگاری

قاب آوری

مدیریت استرس

خلاقیت

تفکر واگرا

تفکر خلاق

نقشه برداری ذهنی

بینش

بصیرت

درون بینی

نوآوری

آزمایش کردن

پرسش کردن

طراحی

هوش هیجانی

خود آگاهی

خودتنظیمی

آگاهی اجتماعی

مدیریت زمان

تعیین هدف

اولویت بندی

خود راه اندازی

برنامه ریزی

تصمیم سازی

تمرکز

نمایندگی

مدیریت استرس

کنار آمدن

سازماندهی

روش اجرا:

شرکت کنندگان ابتدا باید از طریق یک محتوای خودآموز، مباحث مربوطه را بیاموزند. این محتوا شامل مطالعه متون، سوالات، آزمون‌ها، فیلم‌های آموزشی، سخنرانی‌ها و ابزارهای تعاملی است.

– پس از یادگیری، شرکت کنندگان باید یک آزمون دانش را گذرانده تا میزان یادگیری آن‌ها ارزیابی شود.

دانش:

- شناخت کامل ساختار و عملکرد سیستم عضلانی-اسکلتی بدن انسان
- درک اثرات ورزش بر سیستم‌های مختلف بدن
- آشنایی با انواع تکنیک‌های ماساژ از جمله افلوراژ، پتریساز، ضربه‌ای، و ارتعاشی
- توانایی اجرای صحیح و موثر تکنیک‌های ماساژ
- شناخت انواع آسیب‌های شایع در ورزش‌های مختلف
- درک مکانیسم‌های آسیب و علائم و نشانه‌های بالینی
- آشنایی با نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران در مراحل مختلف تمرینی و مسابقات
- درک نقش تغذیه در بهبود عملکرد و ریکاوری
- آشنایی با قوانین و مقررات مربوط به فعالیت حرفه‌ای ماساژورها
- درک مسائل حقوقی و اخلاقی مرتبط با ارائه خدمات ماساژ

دانش



مهارت



روش اجرا:

پس از موفقیت در آزمون، شرکت کنندگان باید ضمن انجام کار عملی یک بخش از پروژه خود را با نظارت مدرس دوره تکمیل کنند.

مهارت:

- توانایی برقراری ارتباط موثر با ورزشکاران و درک نیازهای آنها
- مهارت‌های گوش دادن فعال و همدلی
- توانایی ارزیابی وضعیت جسمانی ورزشکار و شناسایی مشکلات موجود
- مهارت در استفاده از ابزارهای ارزیابی مانند گونیامتر و نوار اندازه‌گیری
- تسلط بر تکنیک‌های مختلف ماساژ ورزشی
- توانایی تنظیم شدت و سرعت ماساژ با توجه به نیازهای ورزشکار
- توانایی تشخیص علت درد و ناراحتی ورزشکار
- مهارت در طراحی برنامه‌های ماساژ درمانی برای حل مشکلات خاص
- توانایی برنامه‌ریزی و مدیریت زمان به منظور ارائه خدمات به تعداد بیشتری از ورزشکاران
- مهارت در تعیین اولویت‌ها و انجام کارها به موقع

روش اجرا:

کاربرد شایستگی: در طول هر صلاحیت/شایستگی، داوطلبان به تفکر درباره جنبه‌های انسانی، اخلاقی و اجتماعی طراحی پروژه پرداخته تا پروژه‌هایی پایدار و موفق ایجاد کنند.

کاربرد شایستگی:

- توانایی درک نیازها و مشکلات ورزشکاران و تمایل به کمک به آنها.
- رعایت حریم خصوصی ورزشکاران و حفظ اطلاعات آنها.
- پذیرش مسئولیت نتایج کار و تلاش برای ارائه بهترین خدمات.
- رعایت اصول اخلاقی و قوانین مربوط به حرفه ماساژ.
- تمایل به یادگیری تکنیک‌های جدید و به‌روز و بهبود مداوم مهارت‌ها.
- داشتن صبر و حوصله در هنگام کار با ورزشکاران و تلاش برای حل مشکلات آنها.
- دقت در انجام تکنیک‌های ماساژ و توجه به وضعیت جسمانی ورزشکاران.
- توانایی برقراری ارتباط مؤثر با ورزشکاران و گوش دادن به مشکلات آنها.
- شناخت نقاط قوت و ضعف خود و تلاش برای بهبود آنها.
- داشتن اعتماد به نفس در ارائه خدمات و تصمیم‌گیری‌های حرفه‌ای.
- مراقبت از سلامت جسمی و روانی خود برای ارائه خدمات بهتر.

کاربرد شایستگی

مشاهده	شکل ارزیابی
محصول و/ یا فرآیند حین کار	مصادیق
چک لیست، مقایسه رتبه بندی، دفتر گزارش روزانه، کتاب مهارت، دفتر خاطرات تجارب کاری، تحلیل فعل و انفعال، ارزیابی های همکار، تحلیل های سری زمانی	نوع ابزار
۱۰	سهم این مرحله از آزمون از ۱۰۰
آزمون های مهارت	شکل ارزیابی
نمونه کار، نمونه مهارت، پروژه عملی	مصادیق
چک لیست، مقیاس های رتبه بندی، وظایف پژوهشی، تکالیف	نوع ابزار
۵۰	سهم این مرحله از آزمون از ۱۰۰
شبیه سازی ها	شکل ارزیابی
شبیه سازی، مشاهده محصول و/ یا فرآیند	مصادیق
مطالعه موردی، شبیه سازه ها، آزمون های تطبیقی کامپیوتر، عیب یابی	نوع ابزار
۱۰	سهم این مرحله از آزمون از ۱۰۰
پرسش	شکل ارزیابی
شفاهی، کتبی، تحقیقی	مصادیق
منابع پاسخ (پاسخ کوتاه، توضیح محدود، توضیح گسترده) در مقابل انتخاب گزینه جواب (انتخاب چند گزینه ای، جورکردنی، کامل کردنی، صحیح غلط، پاسخ جایگزین، شناسایی)، امتحان شفاهی و خود ارزیابی	نوع ابزار
۳۰	سهم این مرحله از آزمون از ۱۰۰

شرایط دریافت گواهینامه این دوره:

- موفقیت در آزمون تئوری و عملی ارائه شده در دوره
- کسب دست کم نمره ۴۰ در درس های تئوری و نمره ۶۰ در درس های عملی
- افرادی که میانگین نمرات آنان در هر یک از دروس تئوری و عملی به حدنصاب ۶۰ نرسد، مردود اعلام می گردد. - حداکثر تا یکسال و فقط برای دو بار فرصت دارند در آزمون تجدیدی شرکت نمایند و چنانچه موفق گردند گواهینامه آنان صادر می شود.
- حضور مستمر و فعال در کلاس های عملی و تئوری.

تجهیزات مورد نیاز آموزش

- میز یا تخت ماساژ
- صندلی ماساژ
- بالشک‌ها و تکیه‌گاه‌ها
- گرمکن حوله
- سیستم تهویه مناسب

ابزار مورد نیاز آموزش

- روغن ماساژ، لوسیون یا کرم
- سنگ‌های داغ
- ابزار IASTM (ابزار کمک‌کننده به تحرک بافت نرم)
- رول فوم و دستگاه‌های ماساژور برقی
- توپ ماساژ

راه‌های دسترسی به دوره:

-وب سایت مرکز ارتقاء مهارت و صلاحیت حرفه ای

-با مراجعه به وب سایت و حضوری کلیه دانشکده و آموزشکده های سراسر کشور