

بسمه تعالی  
معاونت آموزش  
دفتر طرح و برنامه های درسی

## استاندارد آموزش شایستگی

# ماساژ ثیاتسو (فشاری)

### گروه شغلی

### بهداشت و ایمنی

کد ملی آموزش شایستگی

۳۲۵۷-۴۷-۰۳۸-۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۴/۳/۱۷



نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

کد ملی شناسایی آموزش شایستگی : ۳۲۵۷-۴۷-۰۳۸-۱

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی :  
علی موسوی مدیرکل دفتر طرح و برنامه های درسی  
رامک فرح آبادی معاون دفتر طرح و برنامه های درسی  
ارژنگ بهادری معاون دفتر طرح و برنامه های درسی  
زیبا یآوری مسئول گروه برنامه ریزی درسی بهداشت و ایمنی  
بهنام قاسمی  
سید شاهره حسینی

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شایستگی :  
- آموزشگاه ماساژ یانا (استان اصفهان)  
- رشته ی صنفی ماساژ اصفهان  
- انجمن صنفی ماساژ تهران  
- آکادمی ملی المپیک و پارا المپیک  
- دفتر طرح و برنامه های درسی

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-  
-

کلیه حقوق مادی و معنوی این استاندارد متعلق به سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور بوده و هرگونه سوء استفاده مادی و معنوی از آن موجب پیگرد قانونی است .

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران ، خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی ، نبش خیابان نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور ، پلاک

۹۷

تلفن ۶۶۵۶۹۹۰۷ - ۶۶۹۴۴۱۲۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : Barnamehdarci @ yahoo.com



شایستگی  تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۱	مهنوش شیرانی	کارشناسی ارشد	مکانیک	موسس و مدیریت آموزشگاه ماساژ یانا	۱۲ سال سابقه مدیریتی	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ۰۹۱۳۳۰۱۵۲۲۶ ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۲	بهنام قاسمی	دکترای توانبخشی ورزشی	تربیت بدنی (توانبخشی ورزشی)	عضو هیئت علمی دانشگاه شهرکرد رئیس انجمن ماساژ شهر تهران	۱۳ سال	تلفن ثابت : تلفن همراه : 09131840814 ایمیل : _____ ghasemi_behnam@yahoo.com آدرس :
۳	آزاده شمس	کارشناسی	تربیت بدنی (فیزیولوژی ورزشی)	مربی و مسئول آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۵ سال	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۴	مهسا شفیعیان	کارشناسی	تربیت بدنی (دبیری ورزش)	مربی و دبیر آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۵ سال	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۵	بهناز شیرانی	کارشناسی ارشد	اگرو اکولوژی	کارشناس آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۵ سال سابقه مدیریتی	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا



تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل  شایستگی

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۶	آزاده زینل خانی	کارشناسی	تربیت بدنی (عمومی)	مربی و کارشناس آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۷ سال	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۷	مریم حسینی	کارشناسی ارشد	تربیت بدنی (رفتار حرکتی)	مربی و کارشناس آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۱۰ سال	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۸	لیندا قانع	دکترا	پزشکی	پزشک و مسئول فنی آموزشگاه ماساژ یانا	۱۰ سال	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر، طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا



## **تعاریف :**

### **استاندارد شغل :**

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود.

### **استاندارد آموزش :**

نقشه‌ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

### **نام یک شغل :**

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

### **شرح شغل :**

بباینه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

### **طول دوره آموزش :**

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی .

### **ویژگی کارآموز ورودی :**

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

### **کارورزی:**

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود.(مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد.)

### **ارزشیابی :**

فرآیند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر ، که شامل سه بخش عملی ، کتبی عملی و اخلاق حرفه‌ای خواهد بود .

### **صلاحیت حرفه ای مربیان :**

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

### **شایستگی :**

توانایی انجام کار در محیط ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد .

### **دانش :**

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی که می تواند شامل علوم پایه (ریاضی ، فیزیک ، شیمی ، زیست شناسی) ، تکنولوژی و زبان فنی باشد .

### **مهارت :**

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی . معمولاً به مهارت های عملی ارجاع می شود .

### **نگرش :**

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

### **ایمنی :**

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود .

### **توجهات زیست محیطی :**

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.



<b>نام استاندارد آموزش شایستگی :</b>	
روش اجرای ماساژ شیاتسو (فشاری)	
<b>شرح استاندارد آموزش شایستگی :</b>	
اجرای ماساژ شیاتسو (فشاری) شایستگی است در حوزه بهداشت و ایمنی که در آن فرد از عهده کارهایی از قبیل تجزیه و تحلیل ماساژ شیاتسو (فشاری)، آماده سازی اتاق و لوازم کار ماساژیست، آماده سازی مراجعه کننده، اجرای تکنیک های ماساژ شیاتسو (فشاری) و انجام ماساژ شیاتسو (فشاری) به همراه رعایت اصول ارگونومی برآید و با استاندارد کاربر ماساژ در ارتباط است.	
<b>ویژگی های کارآموز ورودی :</b>	
حداقل میزان تحصیلات : دیپلم	
حداقل توانایی جسمی و ذهنی : سلامت کامل روانی، نداشتن مشکلات تنفسی و پوستی و کار با دو دست	
مهارت های پیش نیاز : کاربر ماساژ	
<b>طول دوره آموزش :</b>	
طول دوره آموزش	: ۴۸ ساعت
- زمان آموزش نظری	: ۲۳ ساعت
- زمان آموزش عملی	: ۲۵ ساعت
- زمان کارورزی	: - ساعت
- زمان پروژه	: - ساعت
<b>بودجه بندی ارزشیابی ( به درصد )</b>	
- کتبی : ۲۵%	
- عملی : ۶۵%	
- اخلاق حرفه ای : ۱۰%	
<b>صلاحیت های حرفه ای مربیان :</b>	
لیسانس مرتبط ( تربیت بدنی، فیزیوتراپی، پرستاری، مامایی) با ۵ سال سابقه کاری مرتبط و دارای مدرک کاربر ماساژ	



\* تعریف دقیق استاندارد ( اصطلاحی ) :

شیاتسو ، لغت ژاپنی به معنای فشار با انگشتان است که هدف آن ایجاد تعادل جسمانی، رفع خستگی ها و آزاد سازی انرژی بدن است. شیاتسو در تایلند به معنای تای یوگا خوانده می شود. در شیاتسو از فشار انگشتان دست و آرنج و وزن خود فرد برای تحریک کانالهای انرژی داخل بدن و جاری سازی انرژی جوانی استفاده می شود. در حال حاضر شیاتسو به عنوان یک روش تسکین درد، رفع خستگی و حتی شاداب سازی جسم و روح در بسیاری از خانواده های شرقی و غربی مورد استفاده قرار می گیرد.

\* اصطلاح انگلیسی استاندارد ( و اصطلاحات مشابه جهانی ) :

## Shiatsu Massage

\* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد :

-کاربر ماساژ

\* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار :

- |                      |                                     |                                  |
|----------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| ..... طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/>            | الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب   |
| ..... طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/>            | ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت         |
| ..... طبق سند و مرجع | <input checked="" type="checkbox"/> | ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور     |
|                      | <input type="checkbox"/>            | د : نیاز به استعلام از وزارت کار |



## استاندارد آموزش شایستگی

- کارها

ردیف	عناوین
۱	تجزیه و تحلیل ماساژ شیاتسو ( فشاری )
۲	آماده سازی اتاق و لوازم کار ماساژیست
۳	آماده سازی مراجعه کننده
۴	اجرای تکنیک های ماساژ شیاتسو ( فشاری )
۵	انجام ماساژ شیاتسو ( فشاری )





استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۲۰	۱۱	۹	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی				دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط
میز مربی				دانش :
صندلی مربی			۱	-تاریخچه شکل گیری ماساژ شیاتسو ( فشاری)
صندلی کارآموز			۱	-انواع کانال های انرژی (چاکراها یا مردین ها) و نقاط فشار (تی سو بو)
رایانه			۱	- بین و یانگ (منفی و مثبت)
تخته وایت برد			۱	- تئوری ۵ کارکرد بنیادی- تئوری تحریک متقابل- تئوری درماتوم-تئوری اندروفین
ماژیک وایت برد			۱	- انواع بیماریها
تخته پاک کن وایت برد			۱	- ممنوعیت ها و احتیاط ماساژیست
لباس کار مناسب			۱	- روش های اثر گذاری روی بدن
کپسول آتش نشانی			۳	مهارت :
جعبه کمک های اولیه			۱	-تشخیص صحیح کانال های انرژی (چاکراها یا مردین ها) و نقاط فشار (تی سو بو)
مواد خوشبو کننده هوا			۱	-تشخیص بین و یانگ (منفی و مثبت)
پوستر آموزشی			۲	- تشخیص تئوری ۵ کارکرد بنیادی- تئوری تحریک متقابل- تئوری درماتوم- تئوری اندروفین
تشک ماساژ			۱	- تشخیص بیماریها
			۵	-تشخیص موارد ممنوعیت
			۱	-تشخیص اثر گذاری روی بدن



استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : تجزیه و تحلیل ماساژ شیاتسو ( فشاری )
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	نگرش :			
	- دقت، نظم و انضباط در کار - صرفه جویی در زمان و انرژی - احترام و جلب رضایت مراجعه کننده			
	ایمنی و بهداشت :			
- رعایت بهداشت فردی و محیط کار - رعایت اصول ارگونومی هنگام کار				
توجهات زیست محیطی :				
-				



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۲	۱	۱	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			آماده سازی اتاق و لوازم کار ماساژیست
میز مربی	دانش :			
صندلی مربی		۳۰ دقیقه		- روش آماده سازی اتاق و لوازم کار
صندلی کارآموز		۳۰ دقیقه		- روش آماده سازی ماساژیست (روپوش کار ، گرم کردن و نفس گیری)
رایانه	مهارت :			
تخته وایت برد				- آماده سازی اتاق
ماژیک وایت برد		۳۰ دقیقه		- آماده سازی ماساژیست (روپوش، گرم کردن و نفس گیری)
تخته پاک کن وایت برد	نگرش :			
لباس کار مناسب				- دقت، نظم و انضباط در کار
کپسول آتش نشانی		۳۰ دقیقه		- صرفه جویی در زمان و انرژی
جعبه کمک های اولیه		۳۰ دقیقه		- آراستگی محیط کار
مواد خوشبو کننده هوا	ایمنی و بهداشت :			
مواد شوینده و ضدعفونی کننده				- رعایت بهداشت فردی و محیط کار
تشک ماساژ				- رعایت اصول ارگونومی در محیط کار
روپوش ماساژیست	توجهات زیست محیطی :			
روپوش مراجعه کننده				- تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها
بالشتک زیر سر				



	زمان آموزش			عنوان : آماده سازی مراجعه کننده
	جمع	عملی	نظری	
	۶	۳	۳	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
میز مربی				دانش :
صندلی مربی			۳۰ دقیقه	- روش پذیرش مراجعه کننده
صندلی کارآموز			۱	- روش تشکیل کارت سوابق سلامت مراجعه کننده
رایانه				- روش آماده سازی مراجعه کننده (تحويل روپوش)
تخته وایت برد			۳۰ دقیقه	- روش قرارگیری مراجعه کننده روی تشک
ماژیک وایت برد			۳۰ دقیقه	- شناخت میزان آمادگی بدنی مراجعه کننده
تخته پاک کن وایت برد			۳۰ دقیقه	مهارت :
لباس کار مناسب			۳۰ دقیقه	- پذیرش مراجعه کننده
کپسول آتش نشانی				- تشکیل کارت سوابق سلامت مراجعه کننده
جعبه کمک های اولیه				- آماده سازی مراجعه کننده
ملحفه یکبار مصرف				- قرارگیری مراجعه کننده روی تشک
مواد شوینده و ضدعفونی کننده		۳۰ دقیقه		تشخیص میزان آمادگی بدنی مراجعه کننده-
کارت سوابق سلامت		۳۰ دقیقه		نگرش :
مواد خوشبو کننده هوا		۳۰ دقیقه		- صرفه جویی در زمان و انرژی
خودکار		۳۰ دقیقه		- احترام و جلب رضایت مراجعه کننده
تشک ماساژ		۳۰ دقیقه		ایمنی و بهداشت :
بالشتک زیر سر			۱	- رعایت بهداشت فردی و محیط کار
روپوش ماساژیست				- رعایت اصول ارگونومی در محیط کار
روپوش مراجعه کننده				توجهات زیست محیطی :
				- تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۸	۴	۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد ، مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			اجرای تکنیک های ماساژ شیاتسو ( فشاری )
تشک ماساژ				دانش :
صندلی مربی		۳۰ دقیقه		روش اجرای تکنیک های آرام کننده ی سیستم عصبی توسط
میز مربی				-خود شخص
ملحفه یکبار مصرف		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های آرام کننده ی سیستم عصبی توسط
لباس کار مناسب				شخص دیگر
خوش بو کننده هوا		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های تقویت کننده ی سیستم تنفسی
بالشتک زیر سر				توسط خود شخص
روپوش ماساژیست		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های تقویت کننده ی سیستم تنفسی
روپوش مراجعه کننده				توسط شخص دیگر
مواد شوینده و ضدعفونی کننده		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های بهبود انرژی ریوی توسط شخص
کامپیوتر p4				دیگر
		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های احیا کننده سیستم ایمنی و لنفی
				توسط شخص دیگر
		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های تسریع کننده سیستم گردش خون
				توسط شخص دیگر
		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک های تسکین دهنده گرفتگی عضلات
				توسط شخص دیگر
				مهارت :
		۳۰ دقیقه		- تکنیک های آرام کننده ی سیستم عصبی توسط خود شخص
		۳۰ دقیقه		تکنیک های آرام کننده ی سیستم عصبی توسط شخص دیگر-
		۳۰ دقیقه		- تکنیک های تقویت کننده ی سیستم تنفسی توسط خود
				شخص
		۳۰ دقیقه		تکنیک های تقویت کننده ی سیستم تنفسی توسط شخص
				دیگر -



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان :
	نظری	عملی	جمع	
				اجرای تکنیک های ماساژ شیاتسو ( فشاری )
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
				مهارت:
	۳۰ دقیقه			تکنیک های بهبود انرژی ریوی توسط شخص دیگر -
	۳۰ دقیقه			تکنیک های احیا کننده سیستم ایمنی و لنفی توسط شخص دیگر -
	۳۰ دقیقه			تکنیک های تسریع کننده سیستم گردش خون توسط شخص دیگر -
	۳۰ دقیقه			تکنیک های تسکین دهنده گرفتگی عضلات توسط شخص دیگر -
	نگرش :			
	- صرفه جویی در زمان و انرژی - احترام و جلب رضایت مراجعه کننده			
	ایمنی و بهداشت :			
	- رعایت بهداشت فردی و محیط کار - رعایت بهداشت تجهیزات - رعایت ارگونومی در هنگام کار			
	توجهات زیست محیطی :			
	- تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها			



	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۱۲	۶	۶	
تجهیزات ، ابزار ، مواد ، مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			انجام ماساژ شیاتسو ( فشاری )
صندلی مربی				دانش :
میز مربی		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین شش
لباس کار مناسب		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین روده بزرگ
کفش مناسب کار		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین معده
خوش بو کننده هوا		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین طحال
تشک ماساژ		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین قلب
بالشتک زیر سر		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین روده کوچک
روپوش ماساژیست		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین مثانه
روپوش مراجعه کننده		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین کلیه
مواد شوینده و ضدعفونی کننده		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال مریدین پریکاردیوم
کامپیوتر p4		۳۰ دقیقه		روشهای ماساژ کانال مریدین گرم کننده های سه -گانه
		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال کیسه صفرا
		۳۰ دقیقه		- روشهای ماساژ کانال کبد
				مهارت :
	۳۰ دقیقه			-انجام ماساژ کانال مریدین شش
	۳۰ دقیقه			ماساژ کانال مریدین روده بزرگ انجام-
	۳۰ دقیقه			- انجام ماساژ کانال مریدین معده
	۳۰ دقیقه			- انجام ماساژ کانال مریدین طحال
	۳۰ دقیقه			- انجام ماساژ کانال مریدین قلب
	۳۰ دقیقه			- انجام ماساژ کانال مریدین روده کوچک
	۳۰ دقیقه			- انجام ماساژ کانال مریدین مثانه



	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
				انجام ماساژ شیاتسو (فشاری)
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
				مهارت:
		۳۰ دقیقه		- انجام ماساژ کانال مریدین کلیه
		۳۰ دقیقه		انجام ماساژ کانال مریدین پریکاردیوم-
		۳۰ دقیقه		انجام ماساژ کانال مریدین گرم کننده های سه گانه -
		۳۰ دقیقه		انجام ماساژ کانال کیسه صفرا -
		۳۰ دقیقه		انجام ماساژ کانال کبد -
	نگرش :			
	- صرفه جویی در زمان و انرژی - احترام و جلب رضایت مراجعه کننده			
	ایمنی و بهداشت :			
	- رعایت بهداشت فردی و محیط کار - رعایت بهداشت تجهیزات (تشک ماساژ، روپوش ) - رعایت ارگونومی هنگام کار			
	توجهات زیست محیطی :			
- تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها				





- برگه استاندارد تجهیزات

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	تخته وایت برد	۱۰۰×۷۰ cm	۱ عدد	
۲	صندلی مربی	چرمی	۱ عدد	
۳	صندلی کارآموز	چوبی یا پلاستیکی	۱۵ عدد	
۴	کامپیوتر	P4	۱ دستگاه	
۵	ویدیو پروژکتور	استاندارد	۱ دستگاه	
۶	میز مربی	چوبی	۱ عدد	
۷	تشک ماساژ	فوم ۲۰۰×۱۰۸ cm	۱۰ عدد	
۸	پاراوان	متوسط (۳تکه)	۳ عدد	
۹	سطل زباله	دردار - پلاستیکی	۵ عدد	
۱۰	وسایل تهویه	مطبوع-استاندارد	۲ عدد	
۱۱	کمد لباس	لاکر	۱۶ خانه	
۱۲	پوستر	آموزشی	به تعداد لازم	
۱۳	کپسول آتش نشانی	۶ کیلوگرمی - پودری	۱ دستگاه	
۱۴	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱ جعبه	

توجه: - تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.



- برگه استاندارد مواد مصرفی

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	مواد شوینده	دست مایع	۲ عدد	
۲	ملحفه	یکبار مصرف	۲ رول	
۳	مواد ضد عفونی کننده	دست	۵ عدد	
۴	خوشبو کننده	هوا	به مقدار لازم	
۵	مواد ضد عفونی کننده	محیط کار	به مقدار لازم	
۶	ماژیک	وایت برد	۳ عدد	

توجه :

- مواد مصرفی به ازاء هر سه نفر محاسبه شود

- برگه استاندارد ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	بالشتک	کوچک	۱۵ عدد	
۲	تشت شستشوی پا	پلاستیکی متوسط	۵ عدد	

توجه :

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود



– منابع و نرم افزار های آموزشی ( اصلی مورد استفاده در تدوین و آموزش استاندارد )

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	شیاتسو(علم و هنر طب فشاری)	دکتر سی.آر.دسای	غلامرضا آذر هوشنگ	۱۳۸۹	تهران	نشر آخر
۲	ماساژ فشاری شیاتسو	سوزان فرانس	ژاله باقرلی و سمانه شوندی	۱۳۹۰	تهران	انتشارات حتمی
۳	آناتومی و فیزیولوژی ماساژ	-	دکتر بهنام قاسمی دکتر محسن عصارزاده	۱۳۹۳	اصفهان	جهاددانشگاهی
۴	فرهنگ لغت ماساژ	-	دکتر بهنام قاسمی دکتر مهرداد رحیمی	۱۳۹۳	اصفهان	جهاددانشگاهی
۵	ماساژ ۵ دقیقه در روز	رابرت ته مینسک	دکتر مسعود گلیایگانی	۱۳۸۸	دانشگاه تهران	دانش ورزش
۶	ماساژ درمانی	مهدی شیری	-	۱۳۸۶	تهران	آیپش
۷	ماساژ درمانی	دنیسویچ لوبراون	صحراناکار	۱۳۸۷	تهران	
۸	ماساژ درمانی	وایس روبرتا	ماهرخ گلچین	۱۳۷۹	تهران	شهرآب