

بسمه تعالی
معاونت آموزش
دفتر طرح و برنامه های درسی

استاندارد آموزش شایستگی

ماساژ سوئدی

گروه شغلی

بهداشت و ایمنی

کد ملی آموزش شایستگی

۳۲۵۷-۴۷-۰۲۸-۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۳/۱۰/۱



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

کد ملی شناسایی آموزش شایستگی : ۱-۲۸-۰۴۷-۳۲۵۷

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی رشته بهداشت و ایمنی :

ارژنگ بهادری

زیبا یآوری

بهنام قاسمی

سید شاهو حسینی

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شایستگی :

- آموزشگاه ماساژ یانا (استان اصفهان)

اداره کل فنی حرفه‌ای استان اصفهان

دفتر طرح برنامه ریزی درسی

انجمن صنفی ماساژ تهران

آکادمی ملی المپیک و پارا المپیک

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-

-

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

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

۹۷

تلفن ۶۶۵۶۹۹۰۷ - ۶۶۹۴۴۱۲۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : Barnamehdarci @ yahoo.com



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
۱	بهنام قاسمی	دکترای توانبخشی ورزشی	تربیت بدنی (توانبخشی ورزشی)	عضو کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی	۱۳ سال	تلفن ثابت : تلفن همراه : ۰۹۱۳۱۸۴۰۸۱۴ ایمیل : ghasemi_behnam@yahoo.com
۲	مهنوش شیرانی	کارشناسی ارشد	مکانیک	موسس و مدیریت آموزشگاه ماساژ یانا	۱۲ سال سابقه مدیریتی	تلفن ثابت : ۰۲۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ۰۹۱۳۳۰۱۵۲۲۶ ایمیل : mahan.sco@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۳	مریم حسینی	کارشناسی ارشد	تربیت بدنی (رفتار حرکتی)	مربی رسمی آموزشگاه ماساژ یانا	۱۰ سال	تلفن ثابت : ۰۲۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ۰۹۱۳۹۱۰۷۶۷۰ ایمیل : آدرس : اصفهان، سیتی سنتر طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۴	آزاده شمس	کارشناسی	تربیت بدنی (فیزیولوژی ورزشی)	مدیریت آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۵ سال	تلفن ثابت : ۰۲۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ۰۹۳۸۸۷۲۴۶۴ ایمیل : azadeh۸۷@gmail.com آدرس : اصفهان، سیتی سنتر طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۶	بهناز شیرانی	کارشناسی ارشد	اگر اکولوژی	کارشناس آموزش آموزشگاه ماساژ یانا	۵ سال سابقه مدیریتی	تلفن ثابت : ۰۳۱-۳۶۵۵۰۱۲۰ تلفن همراه : ۰۹۱۳۳۶۵۵۸۷۳ ایمیل : آدرس : اصفهان، سیتی سنتر طبقه ۳، آموزشگاه ماساژ یانا
۷	سید شاهو حسینی	کارشناسی ارشد	تربیت بدنی و علوم ورزشی	کارشناس ارشد مرکز آموزش ملی المپیک و پارالمپیک مدیر گروه رشته کارشناسی ماساژ دانشگاه جامع علمی کاربردی	۱۰ سال	تلفن ثابت : تلفن همراه : ۰۹۳۵۳۴۹۶۷۵ ایمیل : آدرس :



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 :

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



نام استاندارد آموزش شایستگی ^۱ :	
ماساژ سوئدی	
شرح استاندارد آموزش شایستگی :	
ماساژ سوئدی، شایستگی است در حوزه بهداشت و ایمنی که در آن فرد از عهده کارهایی از قبیل تجزیه و تحلیل ماساژ سوئدی، به کارگیری واژه های مرتبط و اصطلاحات، آماده سازی اتاق، تجهیزات و لوازم ماساژ، آماده سازی مراجعہ کننده، اجرای روش ها و تکنیک ها و انجام ماساژ کامل بدن با تکنیک های سوئدی برآید.	
ویژگی های کارآموز ورودی :	
حداقل میزان تحصیلات: دیپلم	
حداقل توانایی جسمی و ذهنی: دارا بودن سلامت کامل روانی و کار با دو دست	
مهارت های پیش نیاز: کاربر ماساژ	
طول دوره آموزش :	
طول دوره آموزش	: ۳۵ ساعت
- زمان آموزش نظری	: ۱۵ ساعت
- زمان آموزش عملی	: ۲۰ ساعت
- زمان کارورزی	: - ساعت
- زمان پروژه	: - ساعت
بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)	
- کتبی:	۲۵%
- عملی:	۶۵%
- اخلاق حرفه ای:	۱۰%
صلاحیت های حرفه ای مربیان :	
لیسانس مرتبط (تربیت بدنی، فیزیوتراپی، پرستاری، مامایی) با ۵ سال سابقه کاری مرتبط و دارای گواهینامه کاربر ماساژ	



* تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی) :

فردی است که با استفاده از حرکات و مهارت های دستی که به طور منظم و خاص بر روی بافتهای بدن جهت تاثیر بر سیستم عصبی ، عضلانی ، پوست ، مفاصل و گردش خون حرکاتی را انجام می دهد که به رفع تنش های عصبی ، گرفتگی عضلانی و رفع خستگی های جسمی و روحی کمک می کند.

* اصطلاح انگلیسی استاندارد (و اصطلاحات مشابه جهانی) :

Swedish massage

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

کاربر ماساژ

ماساژ سنگ

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

الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب طبق سند و مرجع

ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت طبق سند و مرجع

ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور طبق سند و مرجع

د : نیاز به استعلام از وزارت کار



استاندارد آموزش شایستگی^۲

- شایستگی ها / کارها^۳

ردیف	عناوین
۱	تجزیه و تحلیل ماساژ سوئدی
۲	به کارگیری واژه های مرتبط و اصطلاحات ماساژ سوئدی
۳	آماده سازی اتاق، تجهیزات و لوازم کار
۴	آماده سازی مراجعه کننده
۵	اجرای تکنیک های ماساژ سوئدی
۶	انجام ماساژ سوئدی
۷	
۸	

^۱. Occupational / Competency Standard

^۳. Competency / task



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	عنوان :		
	تجزیه و تحلیل ماساژ سوئدی		
	زمان آموزش		
	نظری	عملی	جمع
	۱/۵	۲	۳/۵
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط		
میز مربی			دانش :
صندلی مربی	۳۰ دقیقه		-تاریخچه ماساژ سوئدی
میز کارآموز	۳۰ دقیقه		-ممنوعیت ها و احتیاط ماساژیست در ماساژ سوئدی
صندلی کارآموز	۳۰ دقیقه		-تاثیرات ماساژ سوئدی بر دستگاه های مختلف بدن
رایانه			مهارت :
تخته وایت برد	۱ ساعت		-تشخیص موارد ممنوعیت انجام ماساژ سوئدی
ماژیک وایت برد	۱ ساعت		-تشخیص تاثیرات ماساژ سوئدی بر قسمت های مختلف بدن
تخته پاک کن وایت برد			نگرش :
لباس کار مناسب			- دقت، نظم و انضباط در کار
کپسول آتش نشانی			-صرفه جویی در زمان و انرژی
جعبه کمک های اولیه			ایمنی و بهداشت :
مواد خوشبو کننده هوا			-رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار
پوستر آموزشی			-رعایت اصول ارگونومی
جزوه آموزشی			توجهات زیست محیطی :
تخت ماساژ			
روغن ماساژ			
ملحفه یکبار مصرف			
بالشتک			
حوله یکبار مصرف			



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : به کارگیری واژه های مرتبط و اصطلاحات ماساژ سوئدی
	جمع	عملی	نظری	
	۳	۲	۱	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
میز مربی				دانش :
صندلی مربی			۳۰ دقیقه	انواع اصطلاحات تکنیک های ماساژ سوئدی
میز کارآموز			۳۰ دقیقه	نگارش صحیح اصطلاحات رایج تکنیک های ماساژ سوئدی
صندلی کارآموز				
رایانه				مهارت :
تخته وایت برد				کاربرد انواع اصطلاحات تکنیک های ماساژ سوئدی
ماژیک وایت برد	۱ ساعت			کاربرد نگارش صحیح اصطلاحات رایج تکنیک های ماساژ سوئدی
تخته پاک کن وایت برد	۱ ساعت			
لباس کار مناسب				
کپسول آتش نشانی				
جعبه کمک های اولیه				نگرش :
مواد خوشبو کننده هوا				- دقت، نظم و انضباط در آموزش
پوستر آموزشی				- آموزش سریع و راحت
جزوه آموزشی				
				ایمنی و بهداشت :
				- رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار
				-
				توجهات زیست محیطی :
				-



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : آماده سازی اتاق، تجهیزات و لوازم کار
	جمع	عملی	نظری	
	۴.۵	۲.۵	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
میز مربی	دانش :			
صندلی مربی		۳۰ دقیقه	- روش های آماده سازی اتاق	
میز کارآموز		۳۰ دقیقه	- روش های ضد عفونی کردن تخت و بالش‌تک ها	
صندلی کارآموز		۳۰ دقیقه	- انواع ملحفه یکبار مصرف و حوله و رو انداز	
رایانه		۳۰ دقیقه	- انواع روان کننده ها (لوسیون، کرم، روغن، پودر)	
تخته وایت برد		۳۰ دقیقه		
ماژیک وایت برد	مهارت :			
تخته پاک کن وایت برد	۱ ساعت		- آماده سازی اتاق	
لباس کار مناسب		۳۰ دقیقه	- ضد عفونی کردن تخت و بالش‌تک ها	
کپسول آتش نشانی		۳۰ دقیقه	- آماده سازی ملحفه یکبار مصرف و حوله و رو انداز	
جعبه کمک های اولیه		۳۰ دقیقه	- به کارگیری صحیح انواع روان کننده ها (لوسیون، کرم، روغن، پودر)	
مواد خوشبو کننده هوا		۳۰ دقیقه		
پوستر آموزشی	نگرش :			
جزوه آموزشی	- دقت، نظم و انضباط در کار			
تخت ماساژ	- صرفه جویی در زمان و انرژی و مواد مصرفی			
روان	ایمنی و بهداشت :			
کننده (روغن، لوسیون، کرم، پودر)	- رعایت بهداشت فردی و محیط کار			
حوله یکبار مصرف	- رعایت اصول ارگونومی			
ملحفه یکبار مصرف	- رعایت بهداشت تجهیزات (حوله یکبار مصرف، بالش‌تک، ملحفه یکبار مصرف، ظرف روان کننده)			
بالشتک	توجهات زیست محیطی :			
مواد ضد عفونی کننده دست	- تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها			
مواد ضد عفونی کننده				
تجهیزات				
مواد ضد عفونی کننده محیط				



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۷.۵	۴	۳.۵	
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
میز کارآموز			۳۰ دقیقه	-انواع کارت سوابق سلامت مراجعه کننده
صندلی کارآموز			۳۰ دقیقه	- انواع پوست
رایانه			۳۰ دقیقه	- روش آماده سازی مراجعه کننده
تخته وایت برد			۳۰ دقیقه	- روش قرارگیری مراجعه کننده روی تخت
ماژیک وایت برد			۳۰ دقیقه	- روش چیدمان بالشتک ها زیر بدن مراجعه کننده
تخته پاک کن وایت برد			۳۰ دقیقه	-روش پوشش دهی بدن مراجعه کننده بوسیله حوله یکبار مصرف
لباس کار مناسب			۳۰ دقیقه	
کپسول آتش نشانی			۳۰ دقیقه	
جعبه کمک های اولیه				مهارت :
حوله یکبار مصرف		۱ ساعت		- پذیرش مراجعه کننده
ملحفه یکبار مصرف				- تشکیل کارت سوابق سلامت مراجعه کننده
مواد شوینده			۳۰ دقیقه	- تشخیص نوع پوست مراجعه کننده
مواد ضد عفونی کننده محیط و			۳۰ دقیقه	- آماده سازی مراجعه کننده
ابزار			۳۰ دقیقه	- قرار گرفتن مراجعه کننده روی تخت
پوشه کاغذی			۳۰ دقیقه	- چیدمان صحیح بالشتک ها زیر بدن مراجعه کننده
خوکار			۳۰ دقیقه	پوشش دهی بدن مراجعه کننده بوسیله حوله یکبار مصرف
بالشتک			۳۰ دقیقه	
روان کننده(روغن،لوسیون،کرم،پودر)				نگرش :
دستمال کاغذی				-صرفه جویی در زمان،انرژی و مواد مصرفی
دستمال مرطوب یکبار مصرف				- رعایت اصول اخلاق حرفه ای
تخت ماساژ				- جلب رضایت مراجعه کننده



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : آماده سازی مراجعه کننده
	نظری	عملی	جمع	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	ایمنی و بهداشت: - رعایت بهداشت فردی و عمومی محیط کار - رعایت اصول ارگونومی - رعایت بهداشت تجهیزات (حوله یکبار مصرف، بالشتک، ملحفه یکبار مصرف، ظرف روان کننده) توجهات زیست محیطی : - تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها			



	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۷	۴	۳	
تجهیزات ، ابزار ، مواد ، مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
تخت ماساژ				دانش :
صندلی مری		۳۰ دقیقه		-روش اجرای تکنیک افلاژ(نوازشی)
روان کننده(روغن،لوسیون،کرم،پودر)		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک پتریساز(مشت و مال)
بالتک		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک کامپرسن(فشاری)
حوله یکبار مصرف		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک تاپوتمنت(کوبشی، ضربه ای)
ملحفه یکبار مصرف		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک ویریشن(لرزشی)
لباس کار مناسب		۳۰ دقیقه		- روش اجرای تکنیک فریکشن(فشاری)
کفش مناسب کار				مهارت :
خوش بو کننده هوا				-انجام ماساژ افلاژ(نوازشی) و تاثیر فیزیولوژیک آن
دستمال مرطوب		۳۰ دقیقه		-انجام ماساژ پتریساز(مشت و مال) و تاثیر فیزیولوژیک آن
یکبارمصرف		۴۰ دقیقه		-انجام ماساژ کامپرسن(فشاری) و تاثیر فیزیولوژیک آن
دستمال کاغذی		۳۰ دقیقه		-انجام ماساژ تاپو تمنت(کوبشی، ضربه ای) و تاثیر فیزیولوژیک آن
مواد شوینده		۳۰ دقیقه		-انجام ماساژ ویریشن(لرزشی) و تاثیر فیزیولوژیک آن
مواد ضد عفونی کننده محیط		۳۰ دقیقه		-انجام ماساژ فشار فریکشن(فشاری) و تاثیر فیزیولوژیک آن
و تجهیزات		۳۰ دقیقه		
چهارپایه(استپ)		۱/۵		نگرش :
کیسه آب گرم	-صرفه جویی در زمان و انرژی و مواد مصرفی			
	-رعایت اصول اخلاق حرفه ای			



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : اجرای تکنیک های ماساژ سوئدی
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	ایمنی و بهداشت : - رعایت بهداشت فردی و محیطی - رعایت بهداشت تجهیزات (حوله یکبار مصرف، بالشک، ملحفه یکبار مصرف، ظرف روان کننده) رعایت ارگونومی هنگام کار			
	توجهات زیست محیطی : - تفکیک مناسب مواد زائد و دفع مناسب آنها			



	زمان آموزش			عنوان : انجام ماساژ سوئدی
	جمع	عملی	نظری	
	۹.۵	۵.۵	۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
تخت ماساژ				دانش :
صندلی مربی		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ کامل پشت با تکنیک های سوئدی	
روان کننده (روغن، لوسیون، کرم، پودر)		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ پشت پا با تکنیک های سوئدی	
بالشتک		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ روی پا با تکنیک های سوئدی	
حوله یکبار مصرف		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ شکم و پهلو با تکنیک های سوئدی	
ملحفه یکبار مصرف		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ دست با تکنیک های سوئدی	
لباس کار مناسب		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ سر و صورت با تکنیک های سوئدی	
کفش مناسب کار		۳۰ دقیقه	-روش های ماساژ سر و صورت با تکنیک های سوئدی	
خوش بو کننده هوا		۱ ساعت	-روش های ماساژ کامل بدن با تکنیک های سوئدی	
مواد شوینده				مهارت :
مواد ضد عفونی کننده		۱ ساعت	-انجام ماساژ کامل پشت با تکنیک های سوئدی	
محیط و تجهیزات		۳۰ دقیقه	-انجام ماساژ پشت پا با تکنیک های سوئدی	
کیسه آب گرم		۳۰ دقیقه	-انجام ماساژ روی پا با تکنیک های سوئدی	
		۳۰ دقیقه	-انجام ماساژ شکم و پهلو با تکنیک های سوئدی	
		۳۰ دقیقه	-انجام ماساژ دست با تکنیک های سوئدی	
		۳۰ دقیقه	-انجام ماساژ سر و صورت با تکنیک های سوئدی	
		۲ ساعت	-انجام ماساژ کامل بدن با تکنیک های سوئدی	
نگرش :				
- دقت، نظم و انضباط در کار				
- داشتن آمادگی ذهنی و جسمانی بالا				
- جلب رضایت مراجعه کننده				



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : انجام ماساژسوئدی
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	ایمنی و بهداشت : - رعایت بهداشت فردی و عمومی محیط کار - رعایت بهداشت تجهیزات			
	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	۷۰×۱۰۰	۱ عدد	
۲	صندلی مدیریت	چرمی	۱ عدد	
۳	صندلی کارآموز	چرمی یا پلاستیکی	۱۵ عدد	
۴	تخت ماساژ	cm ارتفاع: عرض: طول: ۱۸۰×۷۰×۷۰	۵ عدد	
۵	کامپیوتر	P۴	۱ دستگاه	
۶	ویدیو پروژکتور	-	۱ دستگاه	
۷	میز مدیریت	چوبی	۱ عدد	
۸	تشک	cm فوم ۲۰۰×۱۰۰	۵ عدد	
۹	چهارپایه	کوچک	۵ عدد	
۱۰	بالتشک	چرمی قابل شستشو باروکش یکبار مصرف	۱۵ عدد	
۱۱	تشت شستشوی پا	پلاستیکی - متوسط	۵ عدد	
۱۲	پاراوان	متوسط (۳ تکه)	۳ عدد	
۱۳	سطل زباله	دردار - پلاستیکی	۵ عدد	
۱۴	وسایل تهویه	مطبوع	۲ عدد	
۱۵	کمد لباس	لاکر	۱۶ خانه	
۱۶	پوستر	آموزشی	به تعداد لازم	
۱۷	میز مربی	چوبی	۱ عدد	
۱۸	کپسول آتش نشانی	پودری خشک	۱ دستگاه	
۱۹	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱ جعبه	
۲۰	صندلی مربی	چرمی	۱ عدد	

توجه:

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



- برگه استاندارد مواد مصرفی

دیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	مواد شوینده دست	مابع	۲ عدد	
۲	ملحفه	یکبار مصرف	۲ رول	
۳	مواد ضد عفونی کننده	دست	۵ عدد	
۴	ماژیک	وایت برد	۲ عدد	
۵	روغن	ماساژ	۵ شیشه	
۶	لوسیون	ماساژ	۵ شیشه	
۷	پودر	ماساژ	۲ شیشه	
۸	کرم	ماساژ	۵ شیشه	
۹	خوشبو کننده	هوا	به مقدار لازم	
۱۰	مواد ضد عفونی کننده	هوا	به مقدار لازم	
۱۱	مواد ضد عفونی کننده	تخت	۵ عدد	
۱۲	روپوش سفید	پارچه ای	۱۵ عدد	
۱۳	دستمال کاغذی	یکبار مصرف	به تعداد لازم	
۱۴	دستمال مرطوب	یکبار مصرف	به تعداد لازم	
۱۵	تخته پاک کن	وایت برد	۱ 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	ماساژ و کاربرد آن در حرکات اصلاحی و ورزش	دکتر بهنام قاسمی	-----	۱۳۹۲	اصفهان	جهاد دانشگاهی
۲	آناتومی و فیزیولوژی ماساژ	-----	دکتر بهنام قاسمی دکتر محسن عصارزاده	۱۳۹۳	اصفهان	جهاد دانشگاهی
۳	فرهنگ لغت ماساژ	-----	دکتر بهنام قاسمی دکتر مهرداد رحیمی	۱۳۹۳	اصفهان	جهاد دانشگاهی
۴	ماساژ سوئدی	-----	دکتر بهنام قاسمی دکتر مهرداد رحیمی	۱۳۹۳	چهارمحال بختیاری	زاگرس
۵	ماساژ ۵ دقیقه در روز	رابرت ته مینسک	دکتر مسعود گلیایگانی	۱۳۸۸	دانشگاه تهران	دانش و ورزش
۶	ماساژ درمانی	مهدی شیری	-----	۱۳۸۶	تهران	آییش
۷	ماساژ درمانی	دنیسویچ لوبراون	صحرابناکار	۱۳۸۷	تهران	
۸	ماساژ درمانی	وایس روبرتا	ماهرخ گلچین	۱۳۷۹	تهران	شهرآب

- سایر منابع و محتوای آموزشی (پیشنهادی گروه تدوین استاندارد) علاوه بر منابع اصلی

ردیف	نام کتاب یا جزوه	سال نشر	مؤلف / مولفین	مترجم / مترجمین	محل نشر	ناشر	توضیحات



فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش استاندارد

ردیف	عنوان
۱	
۲	
۳	
۴	

فهرست معرفی نرم افزارهای سودمند و مرتبط

(علاوه بر نرم افزارهای اصلی)

ردیف	عنوان نرم افزار	تهیه کننده	آدرس	توضیحات