



SZŠVOŠZ

Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola
zdravotnická Plzeň

Maturitní okruhy – Komplexní zkouška z odborných předmětů

Obor: Masér sportovní a rekondiční

Kód oboru: 69-41-L/02

Forma: ústní maturitní zkouška

Platnost od: školní rok 2026/2027

Třída: 4MSR

Maturitní okruhy vycházejí z tematických plánů předmětu Masáže teorie, Rekondice a Vyšetřování pohybového aparátu pro 1.– 4. ročník oboru Masér sportovní a rekondiční. Okruhy jsou formulovány v souladu s požadavky maturitní zkoušky.

Maturitní okruhy – Masáže (teorie)

1. Bezpečnost a ochrana zdraví při práci (BOZP), hygiena práce a požární prevence v masérské praxi
2. Masérská provozovna – zařízení, vybavení a legislativní požadavky
3. Provozní řád masérské praxe a hygienické podmínky poskytování masáží
4. Materiály a pomůcky používané v masérské praxi
(*masážní přípravky*)
5. Dělení masáží a přehled masážních technik
(*manuální, přístrojová, klasická, sportovní,*)
6. Klasická masáž – účinky, indikace, kontraindikace a systém masérských hmatů
7. Sportovní masáž – účinky, technika, rozdíly oproti klasické masáži a vliv na psychiku sportovce
8. Speciální masážní techniky
(*měkké manuální techniky, míčkování, přístrojová masáž, automasáž*)
9. Alternativní masážní techniky
(*Shiatsu, Tradiční thajská m., Čokoládová m., Masáž lávovými kameny, Baňkování, Zábaly, Medová m.*)
10. Další masážní techniky (*Reflexní zónová terapie, Reflexní segmentová m., Masáž dětí a kojenců, Aromaterapie, Lymfatická masáž*)

Maturitní okruhy – Rekondice

1. Fyzikálně-terapeutické procedury – historie, dělení a mechanismy působení
2. Indikace, kontraindikace a zásady provádění fyzikálně-terapeutických procedur
3. Kompenzační, relaxační a kondiční cvičení – základní dělení a využití
4. Pohybová cvičení v rekondici
(*aktivní, pasivní, semiaktivní, s dopomocí; silová, vytrvalostní, rychlostní a koordinační*)
5. Dechová cvičení a dechová gymnastika
(*mechanismus dýchání, druhy dýchání, indikace a kontraindikace*)
6. Relaxační techniky v rekondici
(*místní a celková relaxace, Jacobsonova metoda, Schultzův autogenní trénink*)
7. Vodoléčba a teploléčba
(*účinky, zásady, procedury, kryoterapie a termoterapie*)
8. Světloléčba, elektroléčba
(*definice, účinky, základní dělení, indikace a kontraindikace, využití v praxi*)
9. Balneologie, klimatoterapie a inhalační léčba
10. Magnetoterapie a mechanoterapie
(*definice, účinky, základní dělení, indikace a kontraindikace, využití v praxi*)

Maturitní okruhy – Vyšetřování pohybového aparátu

1. Základy vyšetřování pohybového aparátu
(*terminologie, vyšetřovací metody, zásady, etika, pomůcky*)
2. Anamnéza v oblasti pohybového aparátu
(*druhy anamnéz, sestavení, dokumentace a zápis*)
3. Antropometrie v praxi
(*roviny, osy a směry těla, somatotypy, měření tělesných parametrů*)
4. Vyšetření hypermobility
(*charakteristika, testy hypermobility*)
5. Vyšetření zkrácených svalových skupin
(*charakteristika, svaly s tendencí ke zkrácení, vyšetřovací postupy*)
6. Hodnocení postury a držení těla
(*aspekce, palpce, měření, správné a vadné držení těla*)
7. Funkční vyšetření páteře a pánve
(*pohyblivost páteře, postavení pánve, funkční testy*)
8. Pohybové stereotypy a funkční syndromy
(*horní a dolní zkřížený syndrom, vrstvený syndrom*)

9. Vyšetření chůze
(správný stereotyp chůze, odchylky, nácvik a pomůcky)
10. Goniometrie, svalový test a kineziologický rozbor
(měření kloubní pohyblivosti, svalové testy, funkční a strukturální poruchy)

Okruhy jsou závazným podkladem k maturitní zkoušce z předmětů Masáže – teorie, Rekondice a Vyšetřování pohybového aparátu – tzv. Komplexní zkouška z odborných předmětů.

Navrhla:

Mgr. Alena Štroblová – vedoucí učitelka praktického vyučování MSR a ZDL

Vyučující: Mgr. Helena Cvrčková, Mgr. Zuzana Fenclová a Mgr. Jana Bečková