

ZHIYE PEIXUN JIHUA PEIXUN DAGANG

职业培训计划 培训大纲

保健刮痧师

中华人民共和国劳动和社会保障部培训就业司组织制定



中国劳动社会保障出版社

保健刮痧师

中华人民共和国劳动和社会保障部培训就业司组织制定

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

保健刮痧师/中华人民共和国劳动和社会保障部培训就业司组织制定. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2006

职业培训计划 培训大纲

ISBN 978-7-5045-6018-6

I. 保… II. 中… III. 刮痧疗法-技术培训-自学参考资料
IV. R244.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 159876 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出 版 人: 张梦欣

*

北京外文印刷厂印刷装订 新华书店经销

850 毫米×1168 毫米 32 开本 1.25 印张 27 千字

2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

定价: 6.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64927085

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64911344

说 明

为进一步贯彻《民办教育促进法》，更好地规范职业培训机构的办学行为，提高职业培训质量，劳动和社会保障部组织有关专家编制了《保健刮痧师职业培训计划 培训大纲》（以下简称《培训计划 培训大纲》）。

本《培训计划 培训大纲》从经济发展对从业人员的要求出发，依据国家职业标准，结合职业培训特点，对职业培训目标、课时分配、教学内容等都作了明确规定。

本《培训计划 培训大纲》是分等级进行编写的，每个等级的培训计划中包括培训目标、教学要求和教学计划安排，培训大纲中包括课程任务和说明、课时分配、理论知识部分教学要求及内容和操作技能部分教学要求及内容。

本《培训计划 培训大纲》是在各有关专家和实际工作者的共同努力下完成的。参加编审的主要人员为闫孝诚、杨金生、王希坤。

本《培训计划 培训大纲》在编写过程中得到了中

国中医研究院基础所等有关单位的大力支持，在此表示衷心感谢。

本《培训计划 培训大纲》由中华人民共和国劳动和社会保障部培训就业司组织制定。

目 录

初级保健刮痧师培训计划	(1)
初级保健刮痧师培训大纲	(4)
中级保健刮痧师培训计划	(12)
中级保健刮痧师培训大纲	(15)
高级保健刮痧师培训计划	(22)
高级保健刮痧师培训大纲	(25)

保健刮痧师

1. 职业代码：X4-04-03-05。
2. 职业定义：运用传统与现代的刮痧理论和技术，通过专用器械和介质，对人体进行保健刮痧的人员。

初级保健刮痧师培训计划

1. 培训目标

1.1 总体目标

培养具备以下条件的人员：掌握初级保健刮痧师基础知识和实际操作技能，能进行除人体面部以外其他各部位的保健刮痧，运用保健刮痧师基本技能独立完成头、颈、肩、背、腰、胸、腹和四肢部位的刮痧，以及对刮痧后的工作进行处理。

1.2 理论知识培训目标

依据《保健刮痧师国家职业标准》中对初级保健刮痧师的

理论知识要求,通过培训,使培训对象掌握人体运动系统解剖名称、体表标志,人体主要血管、神经分布及走向,皮肤解剖生理知识,人体主要系统的基本生理解剖,中医脏腑基础知识,经络和腧穴基本知识,保健刮痧的基本概念、适应范围、基本手法、禁忌证、注意事项以及相关的法律法规知识。

1.3 操作技能培训目标

依据《保健刮痧师国家职业标准》中对初级保健刮痧师的操作技能要求,通过培训,使培训对象掌握刮痧用具的特性、保养和使用方法,保健刮痧的基本握作技能,能正确使用刮痧工具,能进行一般的头、颈、肩、背、腰、胸、腹和四肢各部位保健刮痧,掌握刮拭的顺序、方向、手肤和时间要求。

2. 教学要求

2.1 理论知识要求

- 2.1.1 职业道德及相关法律法规知识
- 2.1.2 正常人体生理解剖学基础知识
- 2.1.3 中医脏腑、经络和腧穴基本知识
- 2.1.4 保健刮痧的基本知识

2.2 操作技能要求

- 2.2.1 刮痧前准备
- 2.2.2 各部位刮痧要求
- 2.2.3 刮痧后处理

3. 教学计划安排

总课时数：200 课时。

理论知识授课：106 课时。

理论知识复习：4 课时。

操作技能授课：34 课时。

操作技能复习：46 课时。

机动课时：10 课时。

初级保健刮痧师培训大纲

1. 课程任务和说明

通过培训，使培训对象掌握初级保健刮痧师的基础知识和基本操作技能。培训完毕，培训对象能够独立上岗，胜任初级保健刮痧师的各项工作。

在教学过程中，以理论教学为基础，注意加强基础技能的训练，使培训对象掌握基本知识和技能。

2. 课时分配

课时分配表

理论知识部分				操作技能部分			
内容	总课时	授课	复习	内容	总课时	授课	练习
职业道德及相关法律法规知识	8	8	—	刮痧前准备	4	4	—
正常人体生理解剖学基础知识	20	20	—	各部位刮痧要求	72	28	44
中医脏腑、经络和腧穴基本知识	24	22	2	刮痧后处理	4	2	2

续表

理论知识部分				操作技能部分			
内容	总课时	授课	复习	内容	总课时	授课	练习
保健刮痧的 基本知识	58	56	2	—	—	—	—
机动	4	—	—	机动	6	—	—
总计	114	106	4	总计	86	34	46

总课时数：200 课时。

3. 理论知识部分教学要求及内容

3.1 职业道德及相关法律法规知识

3.1.1 教学要求

通过培训，使培训对象掌握初级保健刮痧师职业道德的相关知识，以树立良好的职业道德，了解有关法律法规的知识。

3.1.2 教学内容

- (1) 职业道德的基本知识。
- (2) 职业守则。
- (3) 相关法律法规知识。

3.1.3 教学建议

重点是职业道德和相关法律法规。

3.2 正常人体生理解剖学基础知识

3.2.1 教学要求

通过培训，使培训对象掌握人体运动系统解剖名称和体表标志，主要血管、神经分布及表面，皮肤和人体消化系统的基

本生理解剖知识。

3.2.2 教学内容

(1) 人体运动系统解剖名称和体表标志

- 1) 运动系统的组成和功能。
- 2) 人体各部位名称和解剖学常用方位术语。
- 3) 解剖学体表标志。
- 4) 骨骼结构知识。
- 5) 肌肉结构知识。

(2) 人体主要血管、神经分布及走向

- 1) 循环系统的组成和功能。
- 2) 血管的形态结构特点。
- 3) 体表的动脉和静脉。
- 4) 全身主要动脉的体表标志、摸脉点和止血点。
- 5) 神经系统结构知识。

(3) 皮肤解剖生理知识

- 1) 皮肤的形态结构。
- 2) 皮肤的附属器。
- 3) 皮肤的血管、淋巴管和神经。
- 4) 皮肤的生理功能。
- 5) 皮肤的再生和修复。

(4) 人体消化系统基本生理解剖

- 1) 消化系统的组成和功能。
- 2) 胃的形态结构和功能。
- 3) 小肠的形态结构和功能。
- 4) 大肠的形态结构和功能。

5) 主要营养物质的消化吸收。

3.2.3 教学建议

重点掌握人体各部位名称和解剖学常用方位术语。

3.3 中医脏腑、经络和腧穴基本知识

3.3.1 教学要求

通过培训,使培训对象掌握中医脏腑、经络和腧穴的基本知识,中医的病因与发病认识,防病保健原则。

3.3.2 教学内容

(1) 中医脏腑基础知识

- 1) 中医学的概念和基本特点。
- 2) 脏腑的名称与分类。
- 3) 五脏的生理功能。
- 4) 六腑的生理功能。
- 5) 脏腑之间的关系。

(2) 经络和腧穴基本知识

- 1) 经络腧穴的概念。
- 2) 经络的组成。
- 3) 经络的功能。
- 4) 腧穴的定位。
- 5) 十二经脉常用穴位。
- 6) 奇经八脉常用穴位。
- 7) 常用奇穴。

(3) 中医的病因与发病认识

- 1) 病因与发病概述。

- 2) 外感类致病因素。
- 3) 内伤类致病因素。
- 4) 其他致病因素。
- 5) 发病的基本原理。
- 6) 影响正气的几个因素。

(4) 中医的防病保健原则

- 1) 未病先防的保健思想。
- 2) 分清主次缓急的康复原则。
- 3) 重视整体脏腑气血功能。
- 4) 因人因时因地制宜。

3.3.3 教学建议

重点是掌握经络的循行和常用穴位。

3.4 保健刮痧的基本知识

3.4.1 教学要求

通过培训,使培训对象掌握刮痧的概念、适度范围、基本手法、注意事项和禁忌证。

3.4.2 教学内容

(1) 刮痧的基本概念

- 1) 刮痧概述。
- 2) 刮痧的历史渊源。
- 3) 刮痧用品介绍。
- 4) 刮痧的作用原理。

(2) 刮痧的适应范围

- 1) 医疗刮痧简述。

2) 保健刮痧应用。

3) 自我保健刮痧。

(3) 刮痧的基本手法

1) 刮痧的次序。

2) 刮痧的方向。

3) 刮痧常用体位。

4) 刮痧基本手法。

(4) 刮痧的注意事项和禁忌证

1) 刮痧的注意事项。

2) 刮痧的禁忌证。

3.4.3 教学建议

教学的重点是掌握保健刮痧的概念、适应范围、基本手法和注意事项。

4. 操作技能部分教学要求及内容

4.1 教学要求

通过培训,使培训对象掌握如何用文明礼貌的语言询问顾客健康状况,了解有无刮痧禁忌证,整理刮痧工作环境,调整室内温度、湿度,选用适宜的刮痧用具。

4.2 教学内容

4.2.1 刮痧前准备

(1) 接待、询问与介绍

1) 接待服务。

- 2) 询问顾客健康状况。
- 3) 介绍保健刮痧法。
- (2) 室内环境准备
 - 1) 检查调整室内温度、湿度。
 - 2) 工作环境的清理和准备。
- (3) 器械准备
 - 1) 刮痧板的选择和消毒。
 - 2) 刮痧介质的选择和准备。

4.2.2 各部位刮痧要求

- (1) 头部保健刮痧
 - 1) 全头放松刮痧。
 - 2) 头部分步刮痧。
 - 3) 头部常用穴位的特殊刮法。
- (2) 颈部保健刮痧
 - 1) 坐位时颈部刮痧。
 - 2) 俯卧位时颈部刮痧。
- (3) 肩部保健刮痧
 - 1) 坐位时肩部刮痧。
 - 2) 仰卧位时肩部刮痧。
 - 3) 康卧位时肩部刮痧。
- (4) 腰背部保健刮痧
 - 1) 站位时腰背部刮痧。
 - 2) 康卧位时腰背部刮痧。
- (5) 胸、腹部保健刮痧
 - 1) 胸部刮痧。

2) 腹部刮痧。

(6) 四肢保健刮痧

1) 上肢刮痧。

2) 下肢刮痧。

4.2.3 刮痧后处理

(1) 刮痧后续服务。

(2) 刮痧操作环境的清理。

4.3 教学建议

在教学时，应采用多媒体手段辅助教学，或组织培训对象到刮痧服务机构实地参观，以增加培训对象的感性认识。在实践中提高如何接待顾客并向顾客介绍保健刮痧内容的能力。教学各部位刮痧方法时要结合实践，在人体上具体操作示教，并让培训对象相互在对方身体上练习。教学过程中注意操作示范，重点是操作要领，以提高培养对象的技能操作能力。