

美容業能力標準說明
能力單元

1. 名稱	掌握運動舒緩按摩
2. 編號	BEZZBO401A
3. 應用範圍	於美容院、提供美體護理場所，能夠掌握運動舒緩按摩的技巧，為顧客提供運動舒緩按摩護理服務。
4. 級別	4
5. 學分	6（僅供參考）
6. 能力	<p style="text-align: right;"><u>表現要求</u></p> <p>6.1 瞭解運動與肌肉系統的關係和運動舒緩按摩知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 瞭解人體肌肉結構及功能 ◆ 瞭解骨骼系統及關節 ◆ 瞭解各種運動對肌肉系統帶來的效用和影響 ◆ 瞭解運動舒緩按摩的定義、技巧、功效和禁忌 <p>6.2 掌握運動舒緩按摩</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 執行護理前準備工作，包括： <ul style="list-style-type: none"> • 諮詢顧客身體狀況及進行詳細的體態分析 ◆ 按照顧客的護理需要，正確運用運動舒緩按摩技巧，為顧客進行按摩護理 ◆ 懂得於按摩過程中，觀察顧客有否出現不良反應，並能即時採取補救措施 ◆ 向顧客介紹舒緩身體肌肉的運動知識及動作，以便於家居持續舒解肌肉疼痛
7. 評核指引	<p>此能力單元的綜合成效要求為：</p> <p>(i) 能夠瞭解各種運動對肌肉系統所帶來的效果和影響；及</p> <p>(ii) 能夠掌握運動舒緩按摩知識，按照顧客的身體狀況及護理需要，正確運用運動舒緩按摩技巧，為顧客進行按摩護理。</p>
8. 備註	