

**Arkusze zawiera informacje prawnie
chronione do momentu rozpoczęcia egzaminu**

Układ graficzny © CKE 2020

CKE **CENTRALNA
KOMISJA
EGZAMINACYJNA**

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie masażu**

Symbol kwalifikacji: **Z.01**

Wersja arkusza: **SG**

Z.01-SG-25.01

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE

Rok 2025

CZĘŚĆ PISEMNA

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2012**

Instrukcja dla zdającego

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
2. Do arkusza dołączona jest KARTA ODPOWIEDZI, na której w oznaczonych miejscach:
 - wpisz oznaczenie kwalifikacji,
 - zamaluj kratkę z oznaczeniem wersji arkusza,
 - wpisz swój numer PESEL*,
 - wpisz swoją datę urodzenia,
 - przyklej naklejkę ze swoim numerem PESEL.
3. Arkusz egzaminacyjny zawiera test składający się z 40 zadań.
4. Za każde poprawnie rozwiązane zadanie możesz uzyskać 1 punkt.
5. Aby zdać część pisemną egzaminu musisz uzyskać co najmniej 20 punktów.
6. Czytaj uważnie wszystkie zadania.
7. Rozwiązania zaznaczaj na KARCIE ODPOWIEDZI długopisem lub piórem z czarnym tuszem/atramentem.
8. Do każdego zadania podane są cztery możliwe odpowiedzi: A, B, C, D. Odpowiada im następujący układ krerek w KARCIE ODPOWIEDZI:

A	B	C	D
---	---	---	---

9. Tylko jedna odpowiedź jest poprawna.
10. Wybierz właściwą odpowiedź i zamaluj kratkę z odpowiadającą jej literą – np., gdy wybrałeś odpowiedź „A”:

	B	C	D
---	---	---	---

11. Staraj się wyraźnie zaznaczać odpowiedzi. Jeżeli się pomylisz i błędnie zaznaczysz odpowiedź, otocz ją kółkiem i zaznacz odpowiedź, którą uważasz za poprawną, np.

	B	C	
---	---	---	---

12. Po rozwiązaniu testu sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystkie odpowiedzi na KARCIE ODPOWIEDZI i wprowadziłeś wszystkie dane, o których mowa w punkcie 2 tej instrukcji.

Pamiętaj, że oddajesz przewodniczącemu zespołu nadzorującego tylko KARTĘ ODPOWIEDZI.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

Zadanie 1.

Wskazaniem do wykonywania masażu powłok brzusznych jest

- A. okres menstruacji.
- B. zaparcie nawykowe.
- C. ostra kamica wątrobowa.
- D. choroba wrzodowa żołądka z krwawieniem.

Zadanie 2.

Wskazaniem do zastosowania masażu tensegracyjnego w układzie mięśnia najszerzego grzbietu po stronie lewej jest

- A. wzmożona bolesność okolicy przyśrodkowej lewego stawu łokciowego i przedramienia.
- B. nawracający ból głowy i zwiększone napięcie mięśni podpotylicznych po stronie lewej.
- C. zaburzenie czucia powierzchownego na bocznej stronie lewego uda.
- D. zwiększona wrażliwość na dotyk w okolicy C6-Th3 po stronie lewej.

Zadanie 3.

Wskazaniem do wykonania masażu izometrycznego u pacjenta jest

- A. siła mięśnia 0 w skali Lovetta.
- B. zmęczenie powysiłkowe mięśnia.
- C. osłabienie siły mięśnia po udarze mózgu.
- D. osłabienie siły mięśnia po unieruchomieniu.

Zadanie 4.

W trakcie masażu klasycznego twarz opracowuje się głównie w kierunku węzłów chłonnych

- A. pachowych.
- B. przyusznych.
- C. podpotylicznych.
- D. podobojczykowych.

Zadanie 5.

Masażysta wykonujący manualny drenaż limfatyczny obszaru prawego podbrzusza powinien ruchy masażu kierować do

- A. lewych węzłów pachowych.
- B. prawych węzłów pachowych.
- C. lewych węzłów pachwinowych.
- D. prawych węzłów pachwinowych.

Zadanie 6.

W ruchu zgięcia grzbietowego (prostowania) stopy bierze udział głównie mięsień

- A. trójgłowy łydki.
- B. strzałkowy długi.
- C. piszczelowy tylny.
- D. piszczelowy przedni.

Zadanie 7.

Ruch wyprostu w stawie łokciowym jest efektem głównie pracy mięśnia

- A. ramienno-promieniowego.
- B. dwugłowego ramienia.
- C. trójgłowego ramienia.
- D. ramiennego.

Zadanie 8.

W ruchu zginania uda w stawie biodrowym współpracują ze sobą mięśnie

- A. prosty uda i dwugłowy uda.
- B. biodrowo-lędźwiowy i prosty uda.
- C. dwugłowy uda i pośladkowy wielki.
- D. biodrowo-lędźwiowy i pośladkowy wielki.

Zadanie 9.

Pasmo biodrowo-piszczelowe jest strukturą łącznotkankową odchodzącą od między innymi mięśni

- A. pośladkowego wielkiego i naprężacza powięzi szerokiej.
- B. pośladkowego małego i naprężacza powięzi szerokiej.
- C. pośladkowego małego i pośladkowego średniego.
- D. pośladkowego wielkiego i pośladkowego małego.

Zadanie 10.

Strukturą łącznotkankową wzmacniającą staw obojczykowo-barkowy jest więzadło

- A. międzyobojczykowe.
- B. kruczo-obojczykowe.
- C. żebrowo-obojczykowe.
- D. mostkowo-obojczykowe.

Zadanie 11.

W celu uzyskania zmniejszenia pobudliwości układu nerwowego masażysta nie powinien stosować w trakcie masażu techniki

- A. głaskania.
- B. ugniatań.
- C. rozcierania.
- D. oklepywania.

Zadanie 12.

Właściwą reakcją organizmu mogącą pojawić się po wykonaniu pierwszych kilku zabiegów masażu klasycznego jest

- A. zwiększone przekrwienie w obrębie masowanego miejsca.
- B. masywny wylew podskórny powyżej masowanego miejsca.
- C. obniżenie temperatury ciała w obrębie masowanych struktur.
- D. zniesienie czucia powierzchownego w obrębie masowanych struktur.

Zadanie 13.

Masaż izometryczny głowy przyśrodkowej mięśnia czworogłowego uda należy wykonać w pozycji leżenia

- A. tyłem z klinem pod stawami skokowymi.
- B. tyłem z klinem pod stawami kolanowymi.
- C. przodem z klinem pod stawami skokowymi.
- D. na boku z klinem pomiędzy kończynami dolnymi.

Zadanie 14.

Aby wykonać masaż klasyczny stawów skokowych, masażysta powinien ułożyć pacjenta

- A. w siadzie na stole do masażu z opuszczonymi podudziami.
- B. w leżeniu tyłem, z wałkiem pod stawami kolanowymi.
- C. w leżeniu tyłem, z wałkiem pod stawami skokowymi.
- D. w siadzie prostym na stole do masażu.

Zadanie 15.

Pacjent do masażu grzbietu jest ułożony w pozycji leżenia przodem. Aby maksymalnie rozluźnić mięśnie górnej części grzbietu, do wykonania zabiegu masażysta powinien

- A. podłożyć wałek pod brzuch pacjenta.
- B. podłożyć płaską poduszkę pod czoło pacjenta.
- C. umieścić kliny pod barkami pacjenta.
- D. umieścić ręcznik pod kolanami biodrowymi przednimi górnymi.

Zadanie 16.

Odpowiednią pozycją do wykonania masażu izometrycznego mięśnia trójkłowego łydki jest

- A. leżenie na boku strony masowanej z ugiętym stawem kolanowym.
- B. leżenie przodem, wałek włożony pod stawami skokowymi.
- C. leżenia tyłem z nogami prostymi w stawach kolanowych.
- D. pozycja siedząca z podudziami i stopami zwieszonymi.

Zadanie 17.

Celem rozluźnienia bolesnych napięć mięśni równoległobocznych masażysta powinien wykonać masaż

- A. dłoniowej strony śródreżcza każdej z rąk.
- B. części dystalnej podeszwowej strony obu stóp.
- C. okolicy między brzegami przyśrodkowymi łopatek.
- D. okolicy między grzebieniami talerzy biodrowych a dolnymi żebrami.

Zadanie 18.

Podczas palpacyjnej lokalizacji wyrostka kruczego łopatki opuszki palców należy przyłożyć w okolicy

- A. powyżej głowy kości ramiennej po stronie bocznej.
- B. poniżej obojczyka w jego części przyśrodkowej.
- C. powyżej grzebienia łopatki w środkowej części.
- D. poniżej obojczyka w jego części bocznej.

Zadanie 19.

Przyczep początkowy głowy przyśrodkowej mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego wyszukiwane się palpacyjnie na wysokości

- A. rękoności mostka.
- B. końca mostkowego obojczyka.
- C. wyrostka sutkowego kości skroniowej.
- D. wyrostka rylcowatego kości skroniowej.

Zadanie 20.

Na wyrostku kruczym łopatki lokalizuje się palpacyjnie przyczepy między innymi mięśni

- A. kruczo-ramiennego i dwugłowego ramienia.
- B. podgrzebieniowego i nadgrzebieniowego.
- C. naramiennego i trójkłowego ramienia.
- D. ramiennego i łokciowego.

Zadanie 21.

W obrębie nadkłykcia bocznego kości ramiennej przyczepione są między innymi mięśnie

- A. nawrotny obły, zginacz powierzchowny palców.
- B. zginacz promieniowy nadgarstka, dłoniowy długi.
- C. ramiennie-promieniowy, zginacz łokciowy nadgarstka.
- D. odwracacz, prostownik promieniowy nadgarstka długi.

Zadanie 22.

U pacjenta po amputacji powyżej stawu kolanowego zmniejszenie przykurczów w stawie biodrowym osiąga się przez połączenie masażu klasycznego z ćwiczeniami wzmacniającymi mięśnie

- A. zginacze i odwodziciele uda.
- B. zginacze i przywodziciele uda.
- C. prostowniki i odwodziciele uda.
- D. prostowniki i przywodziciele uda.

Zadanie 23.

Ćwiczenia czynne w odciążeniu z dawkowanym oporem wykonywane po zabiegu masażu stosuje się u pacjenta z siłą mięśniową w skali Lovetta ocenianą na

- A. więcej niż 0, ale mniej niż 1.
- B. więcej niż 1, ale mniej niż 2.
- C. więcej niż 2, ale mniej niż 3.
- D. więcej niż 3, ale mniej niż 4.

Zadanie 24.

Ćwiczenia bierne na zakończenie masażu należy wykonać przede wszystkim u pacjenta

- A. z przykurczem stawu ramiennego po zwichnięciu.
- B. z wiotkością po uszkodzeniu nerwu obwodowego.
- C. ze sztywnością mięśni w chorobie Parkinsona.
- D. z bólami kostno-stawowymi w fibromialgii.

Zadanie 25.

Wskazaniem do oklepywania klatki piersiowej przede wszystkim jest

- A. rozstrzenie oskrzeli z krwawieniem do dróg oddechowych.
- B. przewlekłe zapalenie oskrzeli.
- C. osteoporoza w obrębie żeber.
- D. odma opłucnej.

Zadanie 26.

W profilaktyce przeciwoleżynowej wskazane jest wykonanie przede wszystkim masażu

- A. klasycznego.
- B. okostnowego.
- C. limfatycznego.
- D. segmentarnego.

Zadanie 27.

W przypadku pleców okrągłych podczas zabiegu masażu należy łagodzić pobudzenie i znormalizować napięcie przede wszystkim mięśni

- A. piersiowych większych.
- B. najszerzych grzbietu.
- C. równoległobocznych.
- D. czworobocznych.

Zadanie 28.

W przypadku zabiegu drenażu limfatycznego, u pacjenta z pourazowym obrzękiem stawu skokowego, przede wszystkim należy rozpocząć masaż od okolicy

- A. uda.
- B. stopy.
- C. podudzia.
- D. pachwiny.

Zadanie 29.

Na zabieg masażu tensegracyjnego zgłosił się pacjent z dolegliwościami bólowymi w obrębie bocznej powierzchni kości piętowej w miejscu przyczepu troczka górnego mięśni strzałkowych. Taki objaw występuje w układzie mięśnia

- A. zębatego przedniego.
- B. najszerzego grzbietu.
- C. piersiowego większego.
- D. czworobocznego grzbietu.

Zadanie 30.

Masaż Shantala u dwuletniego dziecka z mózgowym porażeniem dziecięcym w stopniu umiarkowanym należy zacząć od opracowania

- A. powłok brzusznych.
- B. klatki piersiowej.
- C. grzbietu.
- D. twarzy.

Zadanie 31.

Ocena układu mięśnia piersiowego większego w masażu tensegracyjnym obejmuje między innymi ocenę wrażliwości uciskowej na

- A. guzie kulszowym.
- B. kości grochowatej.
- C. kolcu biodrowym przednim górnym.
- D. nadkłykcium bocznym kości ramiennej.

Zadanie 32.

Na którym elemencie kostnym należy dokonać oceny wrażliwości uciskowej, w obrębie układu mięśnia najszerzego grzbietu, w masażu tensegracyjnym?

- A. Kości grochowatej.
- B. Kości klinowatej przyśrodkowej.
- C. Kolcu biodrowym przednim górnym.
- D. Nadkłykcium bocznym kości ramiennej.

Zadanie 33.

Odstawanie przyśrodkowego brzegu łopatki i jednoczesny brak unoszenia kończyny górnej ponad poziom jest objawem porażenia mięśnia

- A. podłopatkowego.
- B. podgrzebieniowego.
- C. zębatego przedniego.
- D. piersiowego większego.

Zadanie 34.

Wada postawy charakteryzująca się cofnięciem dolnej części mostka wraz z przylegającymi żebrami nazywa się

- A. klatką piersiową lejkową.
- B. klatką piersiową kurzą.
- C. garbem żebrowym.
- D. skoliozą.

Zadanie 35.

Masaż treningowy to masaż, który

- A. stanowi dla sportowca dodatkowe obciążenie, uwzględnione w tygodniowym planie treningu.
- B. jest wykonywany następnego dnia po zakończeniu treningu i stosowany do dnia startu.
- C. jest przeprowadzany w przerwie między treningami i bezpośrednio po zawodach.
- D. poprzedza rozgrzewkę i jest stosowany bezpośrednio przed startem.

Zadanie 36.

W masażu startowym kończyn dolnych u sprintera, biorącego udział w zawodach na otwartym stadionie w chłodny dzień, należy zastosować środki wspomagające masaż o charakterze

- A. przeciwbólowym.
- B. natłuszczającym.
- C. rozgrzewającym.
- D. chłodzącym.

Zadanie 37.

Wskazaniem do masażu gorącymi kamieniami jest

- A. brak czucia powierzchownego.
- B. uczucie zmęczenia mięśni.
- C. zakrzepowe zapalenie żył.
- D. pierwszy trymestr ciąży.

Zadanie 38.

U kobiety w 5. miesiącu ciąży fizjologicznej niepowikłanej, której lekarz zalecił zabiegi masażu celem profilaktyki wystąpienia dolegliwości bólowych odcinka lędźwiowego kręgosłupa, masażysta powinien wykonać masaż

- A. relaksacyjny grzbietu.
- B. segmentarny miednicy.
- C. limfatyczny całościowy.
- D. izometryczny pośladków.

Zadanie 39.

W masażu lipolitycznym, zalecanym do likwidacji cellulitu, wykorzystuje się techniki masażu

- A. klasycznego i limfatycznego.
- B. izometrycznego i punktowego.
- C. segmentarnego i klasycznego.
- D. segmentarnego i izometrycznego.

Zadanie 40.

Przed pierwszym masażem aromaterapeutycznym całego ciała należy

- A. przygotować co najmniej trzy rodzaje olejków eterycznych.
- B. przygotować około 10 ml olejku eterycznego do masażu ciała.
- C. wykonać próbę uczuleniową na dobrany olejek minimum 12 godzin wcześniej.
- D. wykonać próbę uczuleniową na dobrany olejek bezpośrednio przed zabiegiem.