

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie masażu**  
Symbol kwalifikacji: **Z.01**  
Wersja arkusza: **SG**

**Z.01-SG-24.01**

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

## **EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE**

**Rok 2024**

**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 kratek 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”:

<input checked="" type="checkbox"/>	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.

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	<input checked="" type="checkbox"/>
-------------------------------------	---	---	-------------------------------------

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.**

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 2.**

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

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

**Zadanie 3.**

Który mięsień między innymi ma swój przyczep na tylnej części kości piszczelowej i strzałkowej?

- A. Półścięgnisty.
- B. Płaszczkowaty.
- C. Brzuchaty łydki.
- D. Prostownik długi palców.

**Zadanie 4.**

Po stronie tylnej, bocznej i przedniej stawu ramiennie-promieniowego jest położony mięsień

- A. ramienny.
- B. odwracacz.
- C. trójgłowy ramienia.
- D. nawrotny czworoboczny.

**Zadanie 5.**

Strukturą łącznotkankową wzmacniającą staw obojczykowo-barkowy jest więzadło

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

**Zadanie 6.**

Wskazaniem do wykonania masażu klasycznego powłok brzusznych są

- A. kamienie nerkowe.
- B. blizny pooperacyjne.
- C. uchyłki jelita grubego.
- D. stany zapalne dróg żółciowych.

**Zadanie 7.**

Przeciwwskazaniem do wykonywania masażu klasycznego mięśni przykręgosłupowych jest

- A. skolioza funkcjonalna bez dolegliwości bólowych.
- B. zespół bólowy odcinka lędźwiowego kręgosłupa w okresie przewlekłym.
- C. dyskopatia w odcinku piersiowym kręgosłupa bez objawów korzeniowych.
- D. zeszywniające zapalenie stawów kręgosłupa w okresie silnego zaostrzenia.

**Zadanie 8.**

Wskazaniem do wykonania u pacjenta serii zabiegów masażu klasycznego, obejmującego całą kończynę dolną, jest

- A. stan po zespoleniu złamania kości piszczelowej w okresie gojenia się rany.
- B. obrzęk stawu skokowego bezpośrednio po urazie.
- C. porażenie nerwu udowego w okresie adaptacji.
- D. zaawansowana postać żylaków podudzi.

**Zadanie 9.**

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

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

**Zadanie 10.**

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

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

**Zadanie 11.**

Podczas wykonywania masażu segmentarnego miednicy w pozycji siedzącej pacjenta należy zachować kierunek opracowywania od

- A. odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa do linii pachowej środkowej.
- B. linii pachowej środkowej do odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa.
- C. kości krzyżowej, wzdłuż grzebieni biodrowych i pachwin do spojenia łonowego.
- D. spojenia łonowego, wzdłuż pachwin i grzebieni biodrowych do kości krzyżowej.

**Zadanie 12.**

Siła bodźca w masażu klasycznym powinna być stosowana

- A. poniżej progu odczuwania bólu.
- B. powyżej progu odczuwania bólu.
- C. na poziomie minimalnych możliwości wytrzymałościowych pacjenta.
- D. na poziomie maksymalnych możliwości wytrzymałościowych pacjenta.

**Zadanie 13.**

Właściwą reakcją dla 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 14.**

Masaż tensegracyjny wykonany w układzie więzadła krzyżowo-guzowego wpływa na ograniczenie

- A. dolegliwości bólowych mięśni brzucha.
- B. napięcia spoczynkowego mięśnia naramiennego.
- C. dolegliwości bólowych mięśnia prostownika grzbietu.
- D. napięcia spoczynkowego mięśnia piersiowego większego.

**Zadanie 15.**

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 16.**

Aby wykonać masaż klasyczny stawów skokowych, masażysta powinien ułożyć pacjenta

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

**Zadanie 17.**

Która pozycja pacjenta i sposób stabilizacji pozycji są prawidłowe podczas masażu mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego?

- A. Leżenie przodem, głowa pacjenta stabilizowana przez masażystę.
- B. Leżenie przodem, szyja pacjenta stabilizowana przez masażystę.
- C. Siedząca, głowa pacjenta stabilizowana przez masażystę.
- D. Siedząca, kark pacjenta stabilizowany przez masażystę.

**Zadanie 18.**

W celu osiągnięcia możliwie największego rozluźnienia mięśni górnej części grzbietu pacjenta, w pozycji leżenia przodem, do wykonania zabiegu masażu grzbietu masażysta powinien

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

**Zadanie 19.**

Które struktury tworzą wyniosłość międzykłykciową kości piszczelowej?

- A. Guzek boczny i przyśrodkowy.
- B. Nadkłykieć przyśrodkowy i boczny.
- C. Kostka przyśrodkowa i wcięcie strzałkowe.
- D. Powierzchnia stawowa dolna i guzowatość piszczeli.

**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 trójgłowego 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.**

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. nadkłykciu bocznym kości ramiennej.

**Zadanie 23.**

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

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

**Zadanie 24.**

Płaskostopie podłużne charakteryzuje się

- A. koślawością kości piętowej i odwiedzeniem przodostopia.
- B. szpotawością kości piętowej i odwiedzeniem przodostopia.
- C. koślawością kości piętowej i przywiedzeniem przodostopia.
- D. szpotawością kości piętowej i przywiedzeniem przodostopia.

**Zadanie 25.**

Które objawy występują u pacjenta po lewostronnym udarze mózgu?

- A. Miopatia lub wiotkość jednej z kończyn dolnych.
- B. Sztywność lub spastyczność obu kończyn dolnych.
- C. Porażenie lub niedowład kończyn po prawej stronie ciała.
- D. Sztywność lub niedowład kończyn zawsze po lewej stronie ciała.

**Zadanie 26.**

W przebiegu której choroby klatka piersiowa jest ustawiona wdechowo, zwiększona w wymiarze przednio-tylnym, mostek, obojczyki i łopatki są ustawione wysoko?

- A. Rozedmy.
- B. Krzywicy.
- C. Gruźlicy płuc.
- D. Zespołu Marfana.

**Zadanie 27.**

Zespół objawów w postaci nagłego bólu okolicy lędźwiowej, promieniującego do pośladka, tylnej powierzchni uda i podudzia oraz stopy nazywa się

- A. rwą udową.
- B. rwą kulszową.
- C. zablokowaniem stawów międzywyrostkowych.
- D. zablokowaniem stawów krzyżowo-biodrowych.

**Zadanie 28.**

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 29.**

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 30.**

W celu rozluźnienia tkanek przed zabiegiem masażu należy wykonać

- A. redresję stawów.
- B. krioterapię miejscową.
- C. naświetlania ultrafioletem.
- D. naświetlania lampą Sollux.

**Zadanie 31.**

W celu usunięcia zmian odruchowych powstałych w tkankach na skutek choroby Raynauda, masażysta powinien zastosować masaż

- A. limfatyczny.
- B. segmentarny.
- C. centryfugalny.
- D. tensegracyjny.

**Zadanie 32.**

W przypadku sportowca z entezopatią mięśnia podkolanowego należy zastosować

- A. masaż izometryczny mięśnia podkolanowego.
- B. drenaż limfatyczny z bandażowaniem całej kończyny.
- C. masaż stawowy z wcieraniem maści przeciwzapalnych.
- D. masaż okostnowy na nadkłykcju przyśrodkowym kości udowej.

**Zadanie 33.**

U pacjenta z zaawansowaną chorobą Buergera, w celu uzyskania poprawy krążenia w kończynach dolnych należy opracować

- A. obie całe kończyny dolne.
- B. wyłącznie dystalne odcinki obu kończyn dolnych.
- C. odcinek lędźwiowy grzbietu i obie kończyny dolne.
- D. wyłącznie grzbiet na wysokości odcinka lędźwiowego kręgosłupa.

**Zadanie 34.**

U pacjenta z osteoporozą **nie należy** wykonywać

- A. pionowych ucisków w okolicy kręgosłupa.
- B. ugniatania mięśnia czworogłowego uda.
- C. rozcierania przestrzeni międzyżebrowych.
- D. oklepywania mięśni pośladkowych grzbietową stroną palców.

**Zadanie 35.**

U pacjenta po przebytych zawale mięśnia sercowego, stanowiącym przyczynę skierowania lekarskiego na masaż segmentarny, zabieg masażu należy rozpocząć od opracowania obszaru

- A. kręgosłupa w pozycji siedzącej.
- B. grzbietu w pozycji leżącej przodem.
- C. klatki piersiowej w pozycji siedzącej.
- D. klatki piersiowej w pozycji leżącej tyłem.



**Zadanie 36.**

Masując mięsień czworogłowy uda należy między innymi opracować jego przyczep na

- A. guzowatości kości piszczelowej.
- B. powierzchni wewnętrznej rzepki.
- C. krętarzu mniejszym kości udowej.
- D. kłykciu bocznym kości piszczelowej.

**Zadanie 37.**

Masując grzbiet **nie opracowuje się** mięśnia

- A. dźwigacza łopatki.
- B. prostownika grzbietu.
- C. najszerszego grzbietu.
- D. biodrowo-lędźwiowego.

**Zadanie 38.**

Masaż tylnej części uda powinien obejmować mięsień

- A. krawiecki.
- B. półścięgnisty.
- C. przywodziciel długi.
- D. zasłaniacz zewnętrzny.

**Zadanie 39.**

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

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

**Zadanie 40.**

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.