

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

Układ graficzny © CKE 2019



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

Oznaczenie kwalifikacji: **Z.01**

Wersja arkusza: **AG**

Z.01-AG-20.06

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE

Rok 2020

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2012**

CZĘŚĆ PISEMNA

Instrukcja dla zdającego

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 13 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.

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

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”:

	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!

Zadanie 1.

W ruchu odwodzenia ramienia do kąta 90° **nie uczestniczy**

- A. głowa długa mięśnia dwugłowego ramienia.
- B. część środkowa mięśnia naramiennego.
- C. mięsień nadgrzebieniowy.
- D. mięsień podłopatkowy.

Zadanie 2.

Za zgięcie stopy w kierunku podeszwowym jest odpowiedzialny między innymi mięsień

- A. płaszczkowaty.
- B. półścięgnisty.
- C. półbłoniasty.
- D. prosty uda.

Zadanie 3.

Który z nerwów czaszkowych jest typowym nerwem mieszanym czuciowo-ruchowym?

- A. Okoruchowy.
- B. Wzrokowy.
- C. Twarzowy.
- D. Węchowy.

Zadanie 4.

Strukturą wchodzącą w skład stawu ramiennie-łokciowego jest

- A. główka kości ramiennej.
- B. bloczek kości ramiennej.
- C. dołek głowy kości promieniowej.
- D. wcięcie promieniowe kości łokciowej.

Zadanie 5.

Przeciwwskazaniem do wykonywania masażu izometrycznego jest

- A. ograniczenie ruchomości kończyny po zdjęciu opatrunku gipsowego.
- B. zanik mięśni na skutek ograniczenia aktywności fizycznej.
- C. spastyczność mięśni jako konsekwencja udaru mózgu.
- D. osłabienie siły mięśniowej po przebytym urazie.

Zadanie 6.

Wskazaniem do wykonania masażu izometrycznego u pacjenta jest

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

Zadanie 7.

W przypadku zespołu bolesnego barku przeciwwskazaniem do masażu klasycznego obręczy barkowej jest

- A. dysfunkcja kaletki podbarkowej.
- B. zwłóknienie i przykurcz torebki stawowej.
- C. częściowe naderwanie ścięgien stożka rotatorów.
- D. rana po zespoleniu przerwanych struktur stożka rotatorów.

Zadanie 8.

Podczas wykonywania drenażu limfatycznego kończyny dolnej w obręku żylnym-limfatycznym masażysta powinien stosować zasadę

- A. stopniowego rozgrzewania tkanek w trakcie całego zabiegu masażu.
- B. opracowania zbiorczych pni chłonnych głębokich na początku zabiegu.
- C. intensywnego rozgrzewania tkanek na początku i na końcu zabiegu masażu.
- D. opracowania regionalnych węzłów chłonnych na początku i na końcu zabiegu.

Zadanie 9.

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 10.

U pacjenta z zaawansowaną postacią przewlekłej obturacyjnej choroby płuc można zaobserwować

- A. obniżenie wysokości barków.
- B. nadmierną ruchomość łopatek.
- C. obniżone napięcia kres karkowych.
- D. nadmierne napięcie mięśni wdechowych.

Zadanie 11.

W celu zmniejszenia dolegliwości bólowych w odcinku lędźwiowym u pacjenta w pozycji leżenia przodem masażysta powinien

- A. włożyć wałek pod stawy kolanowe pacjenta.
- B. podłożyć klin pod klatkę piersiową pacjenta.
- C. włożyć klin pomiędzy kończyny dolne pacjenta.
- D. podłożyć wałek pod brzuch.

Zadanie 12.

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

- 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 13.

W okresie ostrym rwy kulszowej najlepszą pozycją analgetyczną, zmniejszającą odczucia bólowe, pozwalającą na zmniejszenie napięcia powłok brzusznych oraz mięśni przykręgosłupowych, jest pozycja

- A. leżenia tyłem, kończyny dolne zgięte pod kątem prostym w stawach kolanowych i biodrowych, umieszczone na wysokim klinie lub piłce.
- B. leżenia na boku zdrowym, kończyny dolne wyprostowane, poduszka umieszczona pod odcinkiem lędźwiowym kręgosłupa.
- C. leżenia na boku chorym, wysoki klin pod odcinkiem piersiowym.
- D. leżenia przodem, wysoki klin umieszczony pod klatką piersiową.

Zadanie 14.

Przyczep początkowy głowy długiej mięśnia trójgłowego ramienia znajduje się

- A. na guzku podpanewkowym łopatki.
- B. na guzku nadpanewkowym łopatki.
- C. w dole podgrzebieniowym łopatki.
- D. w dole podłopatkowym łopatki.

Zadanie 15.

Ocena pacjenta przeprowadzana przez masażystę przed wykonaniem zabiegu masażu **nie obejmuje**

- A. badania tętna i ciśnienia krwi u pacjentów w wieku podeszłym.
- B. wywiadu dotyczącego obecnego schorzenia narządu ruchu.
- C. osłuchiwania płuc i badania powłok brzusznych.
- D. całościowego badania postawy ciała pacjenta.

Zadanie 16.

Odstawanie przyśrodkowego brzegu łopatki jest objawem porażenia mięśnia

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

Zadanie 17.

Siła mięśni badana testem Lovetta została oceniona na 3, co oznacza, że pacjent wykonał ruch czynny

- A. wspomagany.
- B. bez obciążenia.
- C. z niewielkim oporem.
- D. z maksymalnym oporem.

Zadanie 18.

W czasie rozcierania tkanki łącznej właściwej dochodzi do uwolnienia

- A. insuliny.
- B. histaminy.
- C. adrenaliny.
- D. melatoniny.

Zadanie 19.

Kolano skoczka to potoczne określenie entezopatii więzadła

- A. właściwego rzepki.
- B. poprzecznego kolana.
- C. krzyżowego przedniego.
- D. pobocznego piszczelowego.

Zadanie 20.

Sztywność mięśniowa jest objawem świadczącym o uszkodzeniu układu

- A. piramidowego.
- B. współczulnego.
- C. pozapiramidowego.
- D. przywspółczulnego.

Zadanie 21.

Skrócenie mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego z powodu jego zbliznowacenia to

- A. kręcz szyi.
- B. skolioza idiopatyczna.
- C. dyskopatia odcinka szyjnego.
- D. złamanie trzonu kręgu szyjnego.

Zadanie 22.

Który czynnik **nie ma** wpływu na występowanie obrzęków kończyn dolnych?

- A. Nadmierna podaż soli w diecie.
- B. Niedostateczne nawodnienie organizmu.
- C. Odzież, uciskająca okolice pachwin, kolan i brzucha.
- D. Umiarkowana aktywność fizyczna dostosowana do stanu klinicznego pacjenta.

Zadanie 23.

Nagły silny ból w dolnym odcinku podudzia, brak ruchu zgięcia podeszwowego stopy z towarzyszącym obrzękiem mogą świadczyć o

- A. zerwaniu ścięgna Achillesa.
- B. zapaleniu stawu skokowego górnego.
- C. przeciążeniu mięśnia płaszczkowatego.
- D. złamaniu stawu śródstopno-paliczkowego palucha stopy.

Zadanie 24.

U pacjenta po amputacji powyżej stawu kolanowego zmniejszenie przykurczów 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 25.

Wskazaniem do oklepywania klatki piersiowej jest

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

Zadanie 26.

U pacjenta po odmrożeniu I stopnia palców stóp w celu poprawy ukrwienia tkanek należy zastosować połączenie masażu klasycznego z masażem

- A. wirowym kończyn dolnych.
- B. limfatycznym kończyn dolnych.
- C. izometrycznym kończyn dolnych.
- D. natryskowym biczowym kończyn dolnych.

Zadanie 27.

W przypadku pleców okrągłych podczas zabiegu masażu należy łagodzić pobudzenie i znormalizować napięcie mięśnia

- A. piersiowego większego.
- B. najszerszego grzbietu.
- C. równoległobocznego.
- D. czworobocznego.

Zadanie 28.

W profilaktyce przeciwdrożynowej wskazane jest wykonanie masażu

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

Zadanie 29.

Chwyt nadkolcowy wykonywany jest podczas masażu

- A. klasycznego powłok brzusznych.
- B. kontralateralnego kończyny dolnej.
- C. segmentarnego w okolicy kręgosłupa.
- D. drenażu limfatycznego kończyny górnej.

Zadanie 30.

Opracowanie dołu pachowego w masażu segmentarnym może skutkować wystąpieniem przesunięć odruchowych w postaci

- A. zawrotów głowy.
- B. uczucia nudności.
- C. problemów jelitowych.
- D. dolegliwości sercowych.

Zadanie 31.

W trakcie wykonywania masażu limfatycznego dochodzi do

- A. zmniejszenia ukrwienia tkanek.
- B. podwyższenia napięcia mięśniowego.
- C. zaburzenia dystrybucji substancji odżywczych.
- D. poprawy przepływów naczyniowych płynów ustrojowych.

Zadanie 32.

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. najszerszego grzbietu.
- C. piersiowego większego.
- D. czworobocznego grzbietu.

Zadanie 33.

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 34.

Sportowcy podnoszący ciężary, ze względu na duże napięcia mięśniowe, są narażeni na zerwania mięśnia

- A. brzuchatego łydki.
- B. czworogłowego uda.
- C. zębatego przedniego.
- D. dwugłowego ramienia.

Zadanie 35.

W przerwie pomiędzy startami lub bezpośrednio po nich dla regeneracji mięśni zawodnika masażysta powinien wykonać masaż

- A. startowy.
- B. treningowy.
- C. powysiłkowy.
- D. podtrzymujący.

Zadanie 36.

Podczas masażu treningowego u sportowców pływających kraulem masażysta powinien przede wszystkim opracować

- A. mięśnie i stawy okolicy miednicy.
- B. mięśnie okolicy karku i miednicy.
- C. mięśnie i stawy kończyn dolnych i górnych.
- D. mięśnie klatki piersiowej i powłok brzusznych.

Zadanie 37.

Rozcieranie podłużne podczas wykonywania masażu sportowego grzbietu należy wykonać

- A. podstawą dłoni obu rąk.
- B. opuszkami palców.
- C. kłębikami obu rąk.
- D. całymi dłońmi.

Zadanie 38.

W celu restytucji powysiłkowej maratończyka w godzinę po zakończeniu biegu należy zastosować

- A. masaż centryfugalny stawów kończyn dolnych obniżający warunki ślizgowe powierzchni stawowych.
- B. manualny drenaż limfatyczny kończyn dolnych odprowadzający metabolity przemiany materii.
- C. masaż tensegracyjny słabszej strony ciała zmniejszający napięcie skróconych struktur.
- D. masaż izometryczny mięśni kończyn dolnych wzmacniający siłę tych mięśni.

Zadanie 39.

W celu poprawy odżywienia mięśni kończyn dolnych po masażu kondycyjnym u kolarza należy zastosować

- A. żel witaminowy.
- B. spray chłodzący.
- C. maść przeciwzapalną.
- D. maść przeciwbólową.

Zadanie 40.

Której techniki **nie stosuje się** podczas wykonywania kosmetycznego masażu twarzy?

- A. Głaskania policzków.
- B. Rolowania dolnych powiek.
- C. Rozcierania w okolicy skroni.
- D. Oklepywania muskającego policzków.