

หลักสูตร การฝึกยกระดับฝีมือ
สาขา การนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย
(Physical Body Balancing Massage)

๑. วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าฝึก

๑.๑ มีความรู้ ความเข้าใจในหลักการนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย

๑.๒ ทราบถึงหลักการและขั้นตอนของการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย มีหลักเกณฑ์ปฏิบัติได้

ถูกต้อง

๑.๓ ตระหนักถึงข้อห้ามและข้อควรระวังในการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย มีทักษะและสามารถพัฒนาให้เกิดความชำนาญ สามารถนำไปใช้ได้อย่างปลอดภัย

๒. ระยะเวลาฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวมระยะเวลาฝึก ๓๐ ชั่วโมง โดยผู้รับการฝึกจะต้องมีเวลาในการฝึกไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ จึงจะมีสิทธิสอบวัดผล

๓. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

๓.๑ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า ๑๘ ปี บริบูรณ์

๓.๒ ต้องมีประสบการณ์การทำงานหรือประกอบอาชีพเกี่ยวกับ สาขาอาชีพ พนักงานนวดไทย

๓.๓ ต้องผ่านการฝึกอบรมมาไม่น้อยกว่า ๑๕๐ ชั่วโมง และ ผ่านการทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขา พนักงานนวดไทย ระดับ ๑

๓.๔ เป็นผู้มีร่างกายแข็งแรง มีความประพฤติดี

๓.๕ สามารถเข้าอบรมได้ตลอดหลักสูตร

๔. จำนวนผู้รับการฝึกต่อรุ่น

รุ่นละ ๒๐ - ๒๕ คน

๕. วุฒิบัตร

ผู้รับการฝึกที่จบหลักสูตร จะต้องมีระยะเวลาฝึกไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ และผ่านการทดสอบภาคความรู้และภาคปฏิบัติ รวมกันไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๗๐ ถึงจะได้รับวุฒิบัตร

๖. หัวข้อการฝึก

ที่	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
	- ประวัติความเป็นมาและวัตถุประสงค์ของการนวดปรับสมดุล โครงสร้าง ร่างกายในประเทศไทย	๑	-
	- การซักประวัติและตรวจร่างกายแบบปัจจุบัน	๐.๕	-
	- อวัยวะที่ใช้ในการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย	๑	-
	- การตรวจร่างกายแบบภูมิปัญญาไทย	๐.๕	๑
	- สรีระและโครงสร้างของร่างกายมนุษย์	๑	-
	- พฤติกรรมที่ทำให้เกิดโรค ท่าลูกนั่ง-ลูกนอน ให้ร่างกายสมดุล	๐.๕	๓
	- ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการนวดคลายกล้ามเนื้อ	๐.๕	๓
	- ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการนวดแก้อาการ	๐.๕	๖
	- ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการ การจัดกระดูกและปรับโครงสร้าง ร่างกาย	๐.๕	๙
	- ทบทวนพื้นฐานการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย และทำ รายงานกรณีศึกษา	๑	๑
	รวม	๗	๒๓
		๓๐	

๗. เนื้อหาวิชา

ประวัติความเป็นมาและวัตถุประสงค์ของการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกายในประเทศไทย

(๑:๐)

ศึกษาประวัติสืบสานภูมิปัญญาไทย ความเป็นมาของการนวดของไทยสมัยต่างๆ ข้อพึงระวังในการนวด
อวัยวะที่ใช้ใน (การนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย)

การซักประวัติและตรวจร่างกายแบบปัจจุบัน

(๐.๕:๐)

เรียนรู้การตรวจร่างกายตามแบบปัจจุบัน (สำหรับการนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย) เช่น การ
สัมผัส ใช้ตาดูลักษณะโครงสร้างร่างกาย การใช้เครื่องวัดชีพจรร่างกาย

อวัยวะที่ใช้ในการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย

(๑:๐)

เรียนรู้การใช้อวัยวะของร่างกาย และวิธีการใช้อวัยวะที่ถูกหลักวิธี สำหรับการนวดปรับสมดุลโครงสร้าง
ร่างกาย เช่น การใช้นิ้ว มือ เท้า เข่า ศอก

การตรวจร่างกายแบบภูมิปัญญาไทย

(๐.๕:๑)

เรียนรู้การตรวจร่างกายตามแบบภูมิปัญญาไทย (สำหรับการนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย)
การสัมผัสร่างกาย เช่น มีอร้อน มือเย็นแห้ง หมายความว่าอย่างไร ใช้ตาดูลักษณะโครงสร้างร่างกาย

สรุประและ/.....

สรีระและโครงสร้างของร่างกายมนุษย์

(๑:๐)

ศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของร่างกาย ทำความเข้าใจถึงสภาพโครงสร้างรูปร่างลักษณะ และหน้าที่ของระบบอวัยวะต่างๆ ที่จะทำให้ผู้นวดเข้าใจถึงอวัยวะแต่ละส่วนของร่างกาย เพื่อช่วยให้รู้ว่าตำแหน่งใดของร่างกายที่ควรหลีกเลี่ยง เพราะอาจเกิด อันตรายจากการนวด และยังช่วยให้การพัฒนาองค์ความรู้ของการนวดให้เป็นไปอย่างสอดคล้องกับศาสตร์การแพทย์แผนปัจจุบันได้ด้วย

พฤติกรรมที่ทำให้เกิดโรค ท่าลุกนั่ง-ลุกนอน ให้ร่างกายสมดุล

(๐.๕:๓)

ศึกษาพฤติกรรมต่างๆ และความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้ง่าย เช่น ความเคยชิน และการใช้เทคโนโลยีที่มีในปัจจุบัน พฤติกรรมที่ทำให้เกิดโรค เช่น การทำงานอยู่ในลักษณะการนั่งนานๆ ลักษณะของร่างกายที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เช่น อาการของศีรษะและคอ เอว ไหล่ แขน นิ้ว เป็นต้น

ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการนวดคลายกล้ามเนื้อ

(๐.๕:๓)

ศึกษาวิธีการ การนวดคลายกล้ามเนื้อเพื่อให้จุดประสาทตามร่างกายมีการรับรู้ความรู้สึก เพื่อป้องกันการอาการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อและการระบกกกล้ามเนื้อ การคลายกล้ามเนื้อในส่วนองพื้นฐานการนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย

ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการนวดแก้อาการ

(๐.๕:๖)

ศึกษาวิธีการ การนวดการแก้อาการ (ระดับกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น) อาการปวดเมื่อยเล็กๆน้อยๆ จนเกิดการสะสม ของพังพืดและหินปูน เส้นเอ็นมีอาการตึง กล้ามเนื้อบีบรัด กระดูกทับเส้นประสาท เป็นต้นเพื่อให้จุดประสาทตามร่างกายมีการรับรู้ความรู้สึก

ทฤษฎีพื้นฐานและปฏิบัติการ การจัดกระดูกและปรับโครงสร้างร่างกาย

(๐.๕:๙)

ศึกษาวิธีการ การนวดสัมผัสปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย (ระดับกระดูก) ในเรื่องของกายวิภาคศาสตร์ เพราะการปรับโครงสร้างร่างกายนั้น ต้องรู้ว่ากระดูกอยู่ในองศาไหน รูปร่าง ลักษณะเป็นอย่างไรและที่สำคัญคือ การสัมผัสควรรู้ถึงลักษณะความตึงของกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น การลงน้ำหนักเวลาปรับโครงสร้างร่างกาย

ทบทวนพื้นฐานการนวดปรับสมดุลโครงสร้างร่างกาย และทำรายงานกรณีศึกษา

(๑:๑)

รายงานการฝึกปฏิบัติ และการนำเสนอกรณีศึกษา ๑ ราย

ลงชื่อ.....ผู้พิมพ์หลักสูตร
(นายวีรศักดิ์ นาถนฤมล)

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจสอบหลักสูตร
(นายจิณกรณ แก้วมณี) หัวหน้างาน

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบหลักสูตร
(นายประพาด แสงหอย)

.....ผู้อนุมัติหลักสูตร
(นายมีชัย พลัดพริ้ง)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาศักยภาพกำลังแรงงาน

นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดตรัง