

## Développement du bien-être : techniques de massage

### **1. FINALITES DE L'UNITE DE FORMATION**

#### 1.1 Finalités générales

Conformément à l'article 7 du décret du 16 avril 1991 organisant l'enseignement de promotion sociale, l'unité de formation vise à :

- concourir à l'épanouissement individuel en promouvant une meilleure insertion professionnelle, sociale, culturelle et scolaire ;
- répondre aux besoins et demandes en formation émanant de l'enseignement, des entreprises, des administrations et d'une manière générale des milieux socio-économiques et culturels.

#### 1.2 Finalités particulières

Cette unité de formation vise à permettre à l'étudiant

-de découvrir diverses techniques de massage et de pratiquer le massage harmonisant dans le seul but d'améliorer le bien-être et la qualité de vie d'autrui.

## Développement du bien-être : techniques de massage

### 2. CAPACITES PREALABLES REQUISES

#### 2.1 Capacités

En maîtrise de la langue française,

- répondre à des questions de compréhension sur le contenu de message de types variés d'un niveau de langue simple;
- être capable de présenter oralement et/ou par écrit les attentes qui le motivent à entreprendre cette unité de formation.

En orientation spatiale,

- maîtriser les relations topologiques (droite, gauche, devant, derrière);
- représenter le volume caché à partir d'une vue en plan.

En mathématiques,

- ordonner des mesures de longueur;
- prendre une fraction d'un nombre;
- calculer la surface d'un carré, son périmètre et le volume d'un cube;
- écrire un nombre décimal en chiffres;
- effectuer sur des nombres entiers les opérations fondamentales: addition, soustraction, multiplication, division.

En visio-motricité,

- repérer visuellement un élément distinct d'un ensemble (de lettres, de chiffres, de symboles, de couleurs).

#### 2.2 Titre pouvant en tenir lieu

C2D - ESI.

**Développement du bien-être : techniques de massage**

**3. CONSTITUTION DES GROUPES OU REGROUPEMENT**

Il est conseillé de ne pas organiser de groupes comportant plus de vingt étudiants.

## Développement du bien-être : techniques de massage

### 4. PROGRAMME DE COURS

*Dans les limites de sa fonction,*

l'étudiant sera capable :

En technologie :

- d'identifier et de caractériser les types de tissus corporels;
- de décrire la structure de la peau et des organes connexes;
- de schématiser les éléments les plus importants du système artériel et veineux:
  - en précisant le rôle de chacun,
  - en envisageant les interconnexions avec le système lymphatique;
- d'identifier et d'expliquer les conditions optimales de réalisation d'un massage harmonisant (posture, matériel, environnement, état d'esprit du praticien et du client) et leurs adjuvants éventuels (huiles essentielles);
- de déterminer le rôle du système nerveux dans la détente recherchée (arc réflexe);
- d'expliquer les techniques de base du massage harmonisant à savoir : effleurage, pétrissage, ...;
- de distinguer quelques méthodes de massage en identifiant leurs contre-indications et les éventuels effets secondaires;
- d'identifier les problèmes pouvant être soulagés par les massages harmonisant et en préciser le type;
- d'expliciter les règles d'hygiène et de sécurité;
- de relever les différents éléments d'une fiche client.

En travaux pratiques:

- d'aménager correctement les conditions de travail et de respecter les conditions d'hygiène;
- de mettre en œuvre les techniques de base du massage harmonisant selon les buts poursuivis en se justifiant ;
- de remplir une fiche client.

## Développement du bien-être : techniques de massage

### 5. CAPACITES TERMINALES

Pour atteindre le seuil de réussite, l'étudiant sera capable, dans les limites de sa fonction, dans les règles de l'art, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité :

- d'identifier le rôle essentiel du système nerveux, artériel et lymphatique sur le massage harmonisant;
- de pratiquer un massage harmonisant en justifiant les choix opérés.

Pour la détermination du degré de maîtrise, il sera tenu compte :

- de la justesse des gestes posés;
- de la maîtrise des techniques utilisées;
- de la pertinence des justifications;
- de la satisfaction du client.

**Développement du bien-être : techniques de massage**

**6. PROFIL DU (DES) CHARGE(S) DE COURS**

Le chargé de cours sera un enseignant et/ou un expert.

L'expert devra justifier de compétences particulières issues d'une expérience professionnelle actualisée en relation avec le programme du présent dossier pédagogique.