

# 휴먼올림픽대회 에너지테라피종목 경기과제 1

직종명	테라피	과제명	에너지테라피	과제번호	월 일
경기시간	40분	비번호		심사위원확인	(인)

## 휴먼올림픽대회 에너지테라피종목 경기과제

### 1. 요구사항

※ 요구사항의 조건들을 충실히 이행하며 작업하되 정해진 시간 내 모든 작업을 마쳐야 한다.

- 1) 모델의 관리 대상 범위는 전신관리 또는 특정관리 부위이다.
- 2) 모델은 상호 교대로 한다.
- 3) 에너지테라피 경기종목은 기본적인 내용 ( 인체의 골격, 근육, 신경, 경락, 림프, 관절)의 숙지 상태, 에너지테라피를 위한 에너지테라피도구를 이용한 메뉴얼 테크닉은 기본 동작을 고루 적용 실시 하여야 하며, 기본적인 내용( 테크닉, 숙련도, 속도, 강약, 자세 등) 외에 케어 등이 고려 되어야 한다.
- 4) 에너지테라피를 위한 전문제품인 지정 에너지테라피기와 지정 전문 제품을 이용한다.
- 5) 경기진행순서는
  - ① 선수는 에너지테라피의 기초인 인체 기혈수 순환을 위한 기본림프절(9)과 기본 혈점 (7)에 대하여 정확 하게 숙지하고 에너지테라피 기구를 이용하여 순서대로 터치 하여 인체의 신진대사와 기혈수순환을 원활 하게 하며 림프를 뚫어 주며 케어 해준다.
  - ② 선수는 에너지테라피의 기본인 근육의 흐름과 림프의 흐름, 주요 경혈점에 대하여 정확 하게 숙지 하고 성장관리도구 에너지테라피기와 성장관리에 필요한 전문 제품을 이용하여 순서대로 전신을 케어 하여 림프의 흐름을 원활히 하며 인체에 원활한 에너지 운용 을 위한 근육을 이완운동 시킨다.
  - ③ 선택종목에 해당하는 관리부위를 택하여 케어 하고 충실히 마무리 한다.
- 6) 전체 시간에 적합하도록 각 부분의 작업시간을 조절하여 충실한 작업이 되도록 한다.

### 2. 경기자 유의사항

- 1) 심사장에 의한 작업지시가 있을 시 이에 따른다.
- 2) 에너지테라피경기의 각 동작에 대한 제한은 없으나, 최소 약정된 관리시간을 유지하여 야 한다.
- 3) 각 과제별 테크닉에 지시 사항을 위반 했을 경우 감점 될 수 있다.  
(전 과제 공통사항)

## 휴먼올림픽대회 에너지테라피종목 준비물 2

경기자 지참준비물 목록		직 종 명	에너지테라피		
일련 번호	지참준비물	규격	단위	수량	비 고
1	손소독제		개	1	
2	쿠션베개		개	1	
3	대 타올		개	1	흰색
4	중 타올		개	2	흰색
5	소 타올		개	2	흰색
6	반바지		개	1	곤색&검정
					(고무줄)
7	케어 오일 및 크림		개	자유	
8	에너지 테라피기		개	1	ex)힐링센, 힐링텍스
9	비닐봉지 (지퍼팩)	1회용봉지	개	1	쓰레기
10	필기도구 (볼펜)		개	1	검정색
11	쟁반		개	1	

# 휴먼올림픽대회 에너지테라피종목 심사규정 3

직종 명	테라피	과 제 명	에너지테라피	심사위원장	성명	(인)
경기시간	40분	선수번호		심사위원	성명	(인)

일련 번호	주요 항목	세부 항목	주요 항목 별 배정	배점
1	준비	- 위생 및 준비물 상태	20	5
		- 단정한 복장상태		5
		- 지정된 준비물 지참		10
2	이론	- 인체순환과 전신림프 흐름에 대한 정확한 이해와 숙지상태	30	10
		- 인체의 골격, 근육, 신경, 경락, 림프, 관절에 대한 정확한 숙지		10
		- 에너지테라피의 기본인 인체근육의 방향과 림프의 흐름, 주요 경혈점에 대한 정확한 이해와 숙지상태		10
3	메뉴얼테크닉	- 적절한 기구와 제품을 활용 하였는가?	30	5
		- 기구를 이용한 동작은 정확한가?		10
		- 근육과 경락을 정확히 이해하였는가?		5
		- 기구활용 테크닉과 숙련도가 자연스러운가?		10
4	마무리	- 관리 수행 시 올바른 자세를 유지하였는가?	20	5
		- 시술 후 주위 정리정돈이 잘 되었는가?		5
		- 요구사항을 모두 잘 이행하였는가?		10
	합계			100점

**\* 심사위원 유의사항**

1. 공정하게 심사하여야 하며, 추후 심사에 대한 질의 시 해당 점수에 대해 육하원칙에 따라 설명할 수 있어야 한다.
2. 점수 배점은 1점 단위로 채점한다.
3. 경기 진행 중 경기자와 대화는 금한다.(진행상 문제시 진행요원에게 도움을 청한다.)

# 휴먼올림픽대회 에너지테라피종목 채점기준표 4

직종 번호	테라피	직종명	에너지테라피
과제 번호	주요항목	채점방법(참고사항)	채점단계
1	위생, 준비상태	- 머리는 단정하게 한다.(긴 머리는 흘러내리지 않게 단정하게 고정되어 있어야 한다.	8단계
		- 손톱이 짧게 깎여져 있어야 하며, 네일 폴리쉬가 없어야 한다.	
		- 진한 화장과 액세서리 (반지, 시계, 목걸이, 팔찌, 귀걸이)를 하지 않아야 한다.	
		- 선수복 (상, 하의)은 청결한 상태이어야 한다.	
		- 앞,뒤가 막힌 흰색 실내화를 착용하여야 한다.	
		- 도구가 청결하게 준비되어 있어야 한다.	
		- 사용한 도구는 재사용하지 않아야 한다. (일회용에 한함) - 지정된 준비물을 사용하여야 한다.	
2	이론	- 인체 경혈과 림프절에 대하여 정확하게 숙지하여야 한다.	4단계
		- 근육과 신경에 대하여 정확하게 숙지하여야 한다.	
		- 에너지테라피의 효능과 응용범위에 대해 정확하게 숙지하여야 한다.	
		- 에너지테라피 원리와 관리방법에 대해 정확하게 숙지하여야 한다.	
3	메뉴얼 테크닉	- 에너지테라피의 기본인 전신림프의 흐름과 경혈에 대하여 정확하게 숙지하고 에너지테라피 도구를 이용하여 순서대로 터치하여 림프의 흐름을 원활히 하여 근육을 이완운동 시킨다.	6단계
		- 에너지테라피의 기본적인 내용 ( 인체의 골격, 근육,신경, 림프, 관절, 경락)의 숙지상태, 에너지테라피 도구를 이용한 메뉴얼테크닉과 기본동작을 고루적용 실시하여야 하며, 기본적인 내용(테크닉, 숙련도, 속도,강약,자세 등)외에 케어 등이 고려 되어야 한다.	
		- 근육의 부위에 따라 적절한 관리 테크닉을 사용하여야 한다.	
		- 마무리 작업이 적절하여야 한다.	
4	마무리	- 관리 수행 시 올바른 자세를 유지하였는가.	3단계
		- 시술 후 주의 정리정돈이 잘 되었는가.	
		- 요구사항을 모두 잘 이행하였는가.	

※ 기타 사항

- 사전 확인 사항을 제외한 중간 과정의 위생에 관련 된 사항은 전체 공통적으로 작업이 종료할 때 확인을 해서 채점 고려사항으로 반영한다.
- 고객의 피부에 상처를 주지 않고 위생적으로 그 과제를 수행했는지의 유무를 점검한다.
- 메뉴얼 테크닉이 골고루, 부위에 적합하게 사용되었는지 확인한다.  
(단, 국가자격시험에서 메뉴얼 테크닉 시 적용하는 안마 유사행위 금지, 지압 유사행위 금지, 지압 금지 등의 제한 기준은 휴먼올림픽대회에서는 적용되지 않는다.)
- 마스크의 사용방법 및 시술 시간, 주의 사항 점검 등을 주의 깊게 관찰하고, 특히 마스크 도포 눈, 코, 입 부위에 대한 작업을 확인 할 것.

※ 감점 사항

- 지정 된 제품을 사용하지 않았을 경우 : -5점