**karta przedmiotu**

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Fizjoterapia i masaż |
| Rocznik studiów | 2022/2023 |
| Kolegium | Medyczne |
| Kierunek studiów | Kosmetologia |
| Poziom kształcenia | studia pierwszego stopnia |
| Profil kształcenia | praktyczny |
| Specjalność | - |
| Osoba odpowiedzialna | dr Marzena Mańdziuk |

1. Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów)

|  |
| --- |
| Anatomia i fizjologia człowieka, Patofizjologia |

1. Efekty uczenia się i sposób realizacji zajęć
   1. Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Zapoznanie studenta z zagadnieniami teoretycznymi dotyczącymi masażu i odnowy biologicznej oraz z podstawowymi zabiegami fizykalnymi stosowanymi w kosmetologii. |
| C2 | Nabycie umiejętności w zakresie doboru podstawowych zabiegów fizykalnych w kosmetologii oraz zabiegów odnowy biologicznej i masażu klasycznego. |
| C3 | Nabycie praktycznych umiejętności wykonywania masażu klasycznego i podstawowych zabiegów odnowy biologicznej. |

* 1. Przedmiotowe efekty uczenia się, z podziałem na wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne, wraz z odniesieniem do efektów uczenia się dla kierunku

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Lp. | Opis przedmiotowych efektów uczenia się | Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **wiedzy** potrafi | | |
| P\_W01 | scharakteryzować techniki masażu klasycznego | K\_W15 |
| P\_W02 | opisać wpływ masażu na całe ciało ludzkie | K\_W06 |
| P\_W03 | scharakteryzować podstawowe zabiegi fizykalne oraz budowę i sposób działania podstawowych urządzeń i aparatury stosowanej w kosmetologii | K\_W09 |
| P\_W04 | opisać wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu oraz zabiegów odnowy biologicznej i zabiegów fizykalnych | K\_W06 |
| P\_W05 | zdefiniować podstawowe pojęcia z zakresu odnowy biologicznej | K\_W15 |
| P\_W06 | opisać zagadnienia teoretyczne obejmujące kluczowe zagadnienia z zakresu fizjoterapii i masażu | K\_W15  K\_W09  K\_W06 |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **umiejętności** potrafi | | |
| P\_U01 | wykonać masaż klasyczny całego ciała uwzględniając różne jego techniki | K\_U09 |
| P\_U02 | wykonać odpowiedni zabieg fizykalny na ciało stosowny do wskazań i przeciwwskazań klienta | K\_U09 |
| P\_U03 | wykonać podstawowe zabiegi stosowane w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA | K\_U09 |

* 1. Formy zajęć dydaktycznych oraz wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Studia stacjonarne (ST) | | | | | | | |
| W | K | Ćw | L | ZP | P | eL | ECTS |
| 15 | - | - | 22 | - | - | 15 | 4 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Studia niestacjonarne (NST) | | | | | | | |
| W | K | Ćw | L | ZP | P | eL | ECTS |
| 10 | - | - | 10 | - | - | 10 | 4 |

* 1. Metody realizacji zajęć dydaktycznych

|  |  |
| --- | --- |
| Formy zajęć | Metoda realizacji |
| Wykład | Wykład konwersatoryjny z prezentacją multimedialną. Wykład realizowany w trybie zdalnym. |
| Laboratorium | Ćwiczenia praktyczne w zakresie manualnego wykonywania masażu oraz innych zabiegów fizjoterapeutycznych. |
| e-Learning (eL) | Tekst programowany. Samodzielne studiowanie przygotowanych modułów e-learningu z samooceną przy użyciu dostępnych zadań i testów. |

* 1. Treści kształcenia (oddzielnie dla każdej formy zajęć)

Wykład

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Treści kształcenia realizowane w ramach wykładów |
|
| W1 | Podstawowe pojęcia, dotyczące fizjoterapii w kosmetologii. |
| W2 | Wstęp do masażu. BHP w gabinecie masażu. |
| W3 | Wpływ masażu na organizm człowieka. Przeciwwskazania do wykonywania masażu. |
| W4 | Techniki masażu klasycznego. |
| W5 | Rodzaje masaży wykorzystywanych w kosmetologii. |
| W6 | Podstawowe zagadnienia BHP w fizjoterapii. Elementy hydroterapii i balneoterapii wykorzystywane w kosmetologii. |
| W7 | Zabiegi fizykoterapeutyczne w kosmetologii: laseroterapia, elektroterapia, hydroterapia. |
| W8 | Wykorzystanie dostępnych metod ruchowych i kinezyterapeutycznych w podtrzymywaniu piękna ciała ludzkiego. |

**Laboratorium**

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Treści kształcenia realizowane w ramach laboratorium |
|
| L1 | Topografia układu mięśniowego, kostno-stawowego i limfatycznego. |
| L2 | Podstawowe chwyty stosowane w masażu klasycznym. |
| L3 | Masaż kończyn dolnych. |
| L4 | Masaż kończyn górnych. |
| L5 | Masaż grzbietu, powłok brzusznych i klatki piersiowej. |
| L6 | Masaż kosmetyczny twarzy i głowy. |
| L7 | Masaż całkowity. Przykłady masaży stosowanych w kosmetologii: masaż gorącymi kamieniami, masaż bańką chińską. |
| L8 | Podstawowe zabiegi światło terapeutyczne i termoterapeutyczne. |
| L9 | Podstawowe zabiegi, elektroterapeutyczne i hydroterapeutyczne. |
| L10 | Podstawowe zabiegi wykonywane w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA. |

E-learning

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Treści kształcenia realizowane w ramach E-learningu |
|
| D1 | Teoria i podstawy masażu leczniczego. |
| D2 | Masaż klasyczny ciała. |
| D3 | Podstawowe zabiegi fizykoterapeutyczne – przegląd wybranych zabiegów. |
| D4 | Podstawy odnowy biologicznej i kinezyterapii. |

* 1. Korelacja pomiędzy efektami uczenia się, celami przedmiotu, a treściami kształcenia

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Efekt uczenia się | Cele przedmiotu | Treści kształcenia |
| P\_W01 | C1 | W4, W5, D1, D2 |
| P\_W02 | C1 | W1-W3, D1 |
| P\_W03 | C1 | W6-W8, D3 |
| P\_W04 | C1 | W3, D1-D4 |
| P\_W05 | C1 | W1, W2, D4 |
| P\_W06 | C1-C3 | W1-W8, D1-D4, |
| P\_U01 | C3 | L2-L7, L10 |
| P\_U02 | C2 | L1, L2, L8-L10 |
| P\_U03 | C3 | L2-L10 |

* 1. Metody weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Efekt  uczenia się | Metoda oceny | Forma zajęć, w ramach której następuje weryfikacja efektu |
| P\_W01 | Pytania otwarte | Wykład |
| P\_W02 | Pytania otwarte | Wykład |
| P\_W03 | Pytania otwarte | Wykład |
| P\_W04 | Pytania otwarte | Wykład |
| P\_W05 | Pytania otwarte | Wykład |
| P\_W06 | Pytania otwarte | E-learning |
| P\_U01 | Zaliczenie praktyczne | Laboratorium |
| P\_U02 | Zaliczenie praktyczne | Laboratorium |
| P\_U03 | Zaliczenie praktyczne | Laboratorium |

* 1. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Efekt uczenia się | Na ocenę 2  student nie potrafi | Na ocenę 3  student potrafi | Na ocenę 4  student potrafi | Na ocenę 5  student potrafi |
| P\_W01 | scharakteryzować technik masażu klasycznego | scharakteryzować dwie technikę masażu klasycznego | scharakteryzować co najmniej trzy techniki masażu klasycznego | scharakteryzować dokładnie co najmniej cztery techniki masażu klasycznego |
| P\_W02 | opisać wpływu masażu na ciało ludzkie | opisać wpływ masażu na co najmniej dwa układy ciała ludzkiego | opisać wpływ masażu na co najmniej trzy układy ciała ludzkiego | opisać wpływ masażu na całe ciało ludzkie |
| P\_W03 | scharakteryzować podstawowych zabiegów fizykalnych oraz budowy i sposób działania podstawowych urządzeń i aparatury stosowanej w kosmetologii | scharakteryzować ogólnie podstawowe zabiegi fizykalne oraz budowę i sposób działania podstawowych urządzeń i aparatury stosowanej w kosmetologii | scharakteryzować szczegółowo zabiegi fizykalne oraz budowę i sposób działania podstawowych urządzeń i aparatury stosowanej w kosmetologii | scharakteryzować szczegółowo podstawowe i zaawansowane zabiegi fizykalne oraz budowę i sposób działania podstawowych urządzeń i aparatury stosowanej w kosmetologii |
| P\_W04 | opisać wskazań i przeciwwskazań do wykonania masażu oraz zabiegów odnowy biologicznej i zabiegów fizykalnych | opisać ogólnie wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu, zabiegów odnowy biologicznej oraz zabiegów fizykalnych | opisać szczegółowo wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu, zabiegów odnowy biologicznej oraz ogólnie w zakresie zabiegów fizykalnych | opisać ogólnie wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu, zabiegów odnowy biologicznej oraz zabiegów fizykalnych |
| P\_W05 | zdefiniować podstawowych pojęć z zakresu odnowy biologicznej | definiować co najmniej dwa pojęcia z zakresu odnowy biologicznej | zdefiniować co najmniej cztery pojęcia z zakresu odnowy biologicznej | zdefiniować szczegółowo nie mniej niż pięć podstawowych pojęć z zakresu odnowy biologicznej |
| P\_W06 | opisać zagadnień teoretycznych obejmujących kluczowe zagadnienia z zakresu fizjoterapii i masażu | opisać zagadnienia teoretyczne obejmujące kluczowe zagadnienia z zakresu fizjoterapii i masażu w stopniu dostatecznym | opisać zagadnienia teoretyczne obejmujące kluczowe zagadnienia z zakresu fizjoterapii i masażu w stopniu dobrym | opisać zagadnienia teoretyczne obejmujące kluczowe zagadnienia z zakresu fizjoterapii i masażu w stopniu bardzo dobrym |
| P\_U01 | wykonać masażu klasyczny całego ciała uwzględniając różne jego techniki | wykonać masaż klasyczny całego ciała uwzględniając trzytechniki masażu | wykonać masaż klasyczny całego ciała uwzględniając cztery technik masażu | wykonać masaż klasyczny całego ciała uwzględniając pięć technik masażu |
| P\_U02 | wykonać odpowiedniego zabiegu fizykalnego na ciało stosownego do wskazań i przeciwwskazań | wykonać odpowiedni zabieg fizykalny na ciało uwzględniając wskazania i przeciwskazania ze znaczną pomocną prowadzącego zajęcia | wykonać odpowiedni zabieg fizykalny na ciało uwzględniając wskazania i przeciw-skazania z nieznaczną pomocną prowadzącego zajęcia | wykonać bezbłędnie i samodzielnie odpowiedni zabieg fizykalny na ciało uwzględniając wskazania i przeciwskazania |
| P\_U03 | wykonać podstawowego zabiegu stosowanego w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA | wykonać samodzielnie  dwa podstawowe zabiegi stosowane w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA | wykonać samodzielnie trzy podstawowe zabiegi stosowane w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA | wykonać samodzielnie cztery podstawowe zabiegi stosowane w gabinetach odnowy biologicznej i gabinetach SPA |

* 1. Literatura

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa |
| Fizjoterapia ogólna / Jerzy E. Kiwerski; przy współpr. Katarzyny Włodarczyk. - Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2012 i nowsze |
| Klasyczny masaż leczniczy: teoria i praktyka, automasaż / Leszek Magiera. - Wyd. 2 popr. i uzup. - Kraków: "Bio-Styl", 2009 i nowsze |
| Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej: kosmetyczny, limfatyczny, na cztery ręce, gorącymi kamieniami, stemplami ziołowymi / Leszek Magiera. - Kraków: Wydawnictwo "Bio-Styl", 2009 i nowsze |

|  |
| --- |
| Literatura uzupełniająca |
| Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA / Wojciech Kasprzak, Agata Mańkowska. - Wyd. 1, (dodr.). - Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2010 i nowsze |
| Masaż z elementami rehabilitacji / pod red. Roberta Walaszka ; aut. Tadeusz Kasperczyk [et al.]. - Kraków: Wydaw. Rehmed, 2001 i nowsze |

1. Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rodzaje aktywności** | **Obciążenie studenta** | |
| **studia ST** | **studia NST** |
| Udział w W (UB) | 15h | 10h |
| Konsultacje do W (UB) | 3h | 2h |
| Udział w egzaminie z W (UB) | 2h | 2h |
| Samodzielne studiowanie tematyki W, w tym przygotowanie do egzaminu/zaliczenia | 6h | 12h |
| Udział w L (UB) | 22h | 10h |
| Konsultacje do L (UB) | 4h | 2h |
| Samodzielne przygotowanie się do L, w tym przygotowanie do zaliczenia | 24h | 39h |
| Udział w i konsultacje do eL (UB) | 15h | 10h |
| Samodzielne przygotowanie się do zaliczenia eL | 9h | 13h |
| **Sumaryczne obciążenie pracą studenta** | **100h** | **100h** |
| **Punkty ECTS za przedmiot** | **4** | **4** |
| **Punkty ECTS za zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczycieli i studentów (UB)** | **2** | **1** |
| **Punkty ECTS za zajęcia kształtujące umiejętności praktyczne (PZ)** | **2** | **2** |