

## KARTA PRZEDMIOTU

### 1. Informacje ogólne

<b>Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):</b>	Masaż klasyczny D1-09
<b>Nazwa przedmiotu (j. ang.):</b>	Classical massage
<b>Kierunek studiów:</b>	Turystyka i Rekreacja
<b>Specjalność/specjalizacja:</b>	Turystyka uzdrowiskowa, Wellness i SPA
<b>Poziom kształcenia:</b>	Studia I stopnia
<b>Profil kształcenia:</b>	Praktyczny (P)
<b>Forma studiów:</b>	Studia stacjonarne
<b>Koordinator przedmiotu:</b>	Dr Gabriel Szajna

### 2. Ogólna charakterystyka przedmiotu

<b>Przynależność do modułu:</b>	Kształcenia specjalnościowego
<b>Status przedmiotu:</b>	Do wyboru
<b>Język wykładowy:</b>	polski
<b>Rok studiów, semestr: *)</b>	III, semestr 5 i semestr 6
<b>Forma i wymiar zajęć według planu studiów:</b>	stacjonarne – wykład 15 h ćwiczenia 45 h
<b>W przypadku studiów międzyobszarowych stosunek procentowy tych obszarów w ocenie koordynatora (efekty kształcenia wymienione w punkcie 5 powinny odzwierciedlać te relacje, należy więc wymienić odpowiednie efekty obszarowe):</b>	
<b>Interesariusze i instytucje partnerskie (nieobowiązkowe)</b>	
<b>Wymagania wstępne / Przedmioty wprowadzające:</b>	Znajomość anatomii i fizjologii człowieka

### 3. Bilans punktów ECTS

<b>Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)</b>	5	Stacjonarne		Niestacjonarne
<b>A. Liczba godzin wymagających</b>	wykład	s.5 15	s.6 -	

<b>bezpośredniego udziału nauczyciela z podziałem na typy zajęć oraz całkowita liczba punktów ECTS osiąganych na tych zajęciach:</b>	konsultacje	10	10	
	kolokwium egzamin	5 -	5 5	
	<b>w sumie:</b> ECTS	30 1	20 1	
<b>B. Poszczególne typy zadań do samokształcenia studenta (niewymagających bezpośredniego udziału nauczyciela) wraz z planowaną średnią liczbą godzin na każde i sumaryczną liczbą ECTS:</b>	Praca w bibliotece/czytelni	5	5	
	Praca indywidualna praktyczna	10	10	
	<b>w sumie:</b> ECTS	15 -	15 1	
<b>C. Liczba godzin praktycznych / laboratoryjnych w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:</b>	Ćwiczenia praktyczne	15	30	
	Przygotowanie do ćwiczeń	15	15	
	<b>w sumie:</b> ECTS	30 1	30 1	
<b>D. W przypadku studiów międzyobszarowych procent punktów ECTS przyporządkowanych obu obszarom (zgodnie z p. 2)</b>	..... ECTS - obszar nauk .....			
	..... ECTS - obszar nauk .....			

#### 4. Opis przedmiotu

<b>Cel przedmiotu:</b>	Celem przedmiotu jest poznanie podstawowych pojęć, definicji i rodzajów masażu, realizacja metodyki i technik wykonywania zabiegów masażu klasycznego
<b>Metody dydaktyczne:</b>	Wykład informacyjny, wykład problemowy, metody praktyczne pokaz
<b>Treści kształcenia:</b>	<p><b>Wykłady semestr 5:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Rys historyczny zabiegów masażu</li> <li>2 Etyka organizacja pracy, higiena wykonywania masażu</li> <li>3 Anatomiczno-fizjologiczne podstawy masażu</li> <li>4 Zasady stosowania masażu</li> <li>5 Wpływ masażu na poszczególne tkanki człowieka</li> <li>6 Wskazania i przeciwwskazania do masażu</li> <li>7 Techniki masażu klasycznego</li> <li>8 Masaż klasyczny całkowity i częściowy</li> <li>9 Automasaż założenia teoretyczne i wskazania do stosowania</li> <li>10 Rodzaje masażu</li> <li>11 Diagnostowanie przed zabiegiem masażu</li> <li>12 Planowanie zabiegów masażu</li> <li>13 Masaż klasyczny w odnowie biologicznej</li> <li>14 Metodyka i techniki wykonywania masażu klasycznego</li> <li>15 Masaż klasyczny - działanie profilaktyczne i lecznicze</li> </ol> <p><b>Ćwiczenia praktyczne semestr 5:</b></p>

	<p>1 Techniki i metodyka wykonywania masażu  2 Masaż wybranych mięśni i stawów człowieka  3 Ergonomia pracy masażyście  4 Technika masażu ręki i przedramienia,  5 Masaż stawu łokciowego, ramienia i stawu ramiennego,  6 Metodyka masażu obręczy kończyny górnej  7 Technika masażu grzbietu  <b>Ćwiczenia praktyczne semestr 6:</b>  1. Masaż kręgosłupa  2 Technika masażu klatki piersiowej  3 Masaż powłok brzusznych  4 Masaż szyi i głowy ogólna technika postępowania  5 Masaż obręczy kończyny dolnej  6 Masaż kończyny dolnej  7 Automasaż  8 Masaż całościowy  9. Planowanie zabiegów masażu klasycznego w programie Wellness i SPA  10. Masaż klasyczny częściowy</p>
--	--

### 5. Efekty kształcenia i sposoby weryfikacji

Efekt przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot (spełnił minimum wymagań)	Efekt kierunkowy	Forma zajęć dydaktycznych	Sposób weryfikacji efektów kształcenia (forma zaliczeń)
D1.2_W01	<b>w zakresie wiedzy:</b> Zna podstawową terminologię używaną w turystyce i rekreacji	PIP_W05	wykład	kolokwium
D1.2_U01	<b>w zakresie umiejętności:</b> posiada umiejętności techniczne i ruchowe z zakresu wybranych form aktywności ruchowej	M1_U01	Ćw.	pokaz
D1.2_K01	<b>w zakresie kompetencji społecznych:</b> Ma świadomość potrzeby ciągłego doksztalcania się	M1_K01	Ćw.	Aktywność na zajęciach

### 6. Sposób obliczania oceny końcowej

Waga przedmiotu: wykład = 0,4, ćwiczenia = 0,6  
- 1. Kryterium ilościowe: ocena 2 /0-50 %, ocena 3/51-60%, ocena 3,5/61-70% ,ocena 4/71-80%, ocena 4,5/ 81-90 %, ocena 5/ 91-100% , ocena z kolokwium semestr 5  
2. kryterium wartości sumy ważonej ocen składowych – ocena liczbowa - zaliczenie wykładu kolokwium semestr 5 i ćwiczeń pokaz semestr 5, oraz zaliczenie ćwiczeń pokaz semestr 6  
3.ocena końcowa z przedmiotu na podstawie wag:  
wykład 0,4 x ocena kolokwium + ćwiczenia 0,6 x ocena pokaz semestr 6 = końcowa ocena przedmiotu

<b>7. Zalecana literatura</b>		
<b>Literatura podstawowa:</b>	Zborowski A., Masaż klasyczny, Kraków 2008 Walaszek R., Masaż z elementami rehabilitacji, Kraków 2006	
<b>Literatura uzupełniająca:</b>	Magiera L. Walaszek R., Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej, Kraków Biosport 2003 Podgórski T., Masaż w rehabilitacji i sporcie, AWF Warszawa, 1999 Prochowicz Z., Podstawy masażu leczniczego, Warszawa 1999	
<b>8. Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)</b>		
Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta [h]	
wykład	sem.5 15 h	sem.6 -
ćwiczenia	15 h	30 h
konsultacje	10 h	10 h
kolokwium	5 h	5 h
egzamin	-	5 h
Praca w bibliotece/czytelnii	10 h	10 h
Praca indywidualna praktyczna	10 h	10 h
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	140 h	
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiot</b>	5 h	
<b>9. Uwagi</b>		

**\*) Uwaga: w przypadku przedmiotów/modułów trwających więcej niż jeden semestr należy rozpisać semestralnie punkty 3, 4, 5, 6, 8**