

KARTA PRZEDMIOTU
Rok akademicki 2020/2021

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.DII2.MK	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Masaż klasyczny <i>Classic massage</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
1.2. Forma studiów	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>pierwszego stopnia</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Specjalność*	<i>nauczycielska</i>
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	<i>Dr n. o zdr. Tomasz Wójcik</i>
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	<i>mgr Kamil Markowski</i>
1.9. Kontakt	<i>kamil.markowski@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	<i>S – specjalnościowy II (Odnowa Biologiczna)</i>
2.2. Język wykładowy	<i>język polski</i>
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	<i>V</i>
2.4. Wymagania wstępne*	<i>Anatomia, fizjologia</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Ćwiczenia – dyskusja wielokrotna (grupowa), objaśnienie (OB), ćwiczenia przedmiotowe, zajęcia praktyczne</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<i>1. Prochowicz Zygmunt. Podstawy masażu leczniczego. PZWL. 2013. 2. Lewandowski Grzegorz. Masaż leczniczy. ANNAŁ. 2005. 3. Leszek Magiera. Klasyczny masaż leczniczy. Bio-Styl. Kraków 1994. 4. A. Zborowski. Masaż klasyczny. Wydawnictwo A-Z. Kraków 1997.</i>
	uzupełniająca	<i>1. T. Kasperczyk, L. Magiera, R. Walaszek. Masaż z elementami rehabilitacji. Mehmed. Kraków 1999. 2. L. Chaitow, S. Fritz. Masaż leczniczy. Bóle głowy i górnego odcinka kręgosłupa. Urban & Partner. 2010. 3. Leszek Magiera. Historia masażu w zarysie. Bio-Styl. Kraków 2007.</i>

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia: C1. Zapoznanie studentów ze specyfiką wykonywania masażu klasycznego. C2. Przedstawienie teoretycznych podstaw i praktyczna nauka wykonywania masażu klasycznego. C3. Nauka właściwego doboru i stosowania odpowiednich technik masażu klasycznego.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia: 1. Zapoznanie z kartą przedmiotu i wymaganiami do zaliczenia przedmiotu . 2. Podstawy metodyczne masażu – cele, wskazania, przeciwwskazania, zasady. 3. Przedstawienie poszczególnych technik masażu. 4. Masaż grzbietu. 5. Masaż mięśni przykręgosłupowych. 6. Masaż grzbietu w całości. 7. Masaż karku i obręczy barkowej. 8. Masaż kończyny górnej. 9. Masaż twarzy. 10. Masaż klatki piersiowej i brzucha. 11. Masaż kończyny dolnej i obręczy biodrowej. 12. Zaliczenie praktyczne.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	15	
Udział w ćwiczeniach	15	
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	10	
Przygotowanie do ćwiczeń	5	
Przygotowanie do zaliczenia praktycznego	5	
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	25	
PUNKTY ECTS za przedmiot	1	

**niepotrzebne usunąć*

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....