

## KARTA PRZEDMIOTU

### Rok akademicki 2019/2020

<b>Kod przedmiotu</b>	0114-7WF-DII2-MK	
<b>Nazwa przedmiotu w języku</b>	polskim	<b>Masaż klasyczny</b> <i>Classic massage</i>
	angielskim	

#### 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

<b>1.1. Kierunek studiów</b>	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
<b>1.2. Forma studiów</b>	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
<b>1.3. Poziom studiów</b>	<i>pierwszego stopnia</i>
<b>1.4. Profil studiów*</b>	<i>praktyczny</i>
<b>1.5. Specjalność*</b>	<i>nauczycielska</i>
<b>1.6. Jednostka prowadząca przedmiot</b>	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
<b>1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu</b>	<i>Dr n. o zdr. Tomasz Wójcik</i>
<b>1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot</b>	<i>Dr n. med. Marcin Bugajski</i>
<b>1.9. Kontakt</b>	<i>41 349 69 54</i>

#### 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

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

#### 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>3.1. Forma zajęć</b>	<i>ćwiczenia</i>	
<b>3.2. Miejsce realizacji zajęć</b>	<i>zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK</i>	
<b>3.3. Forma zaliczenia zajęć</b>	<i>zaliczenie z oceną</i>	
<b>3.4. Metody dydaktyczne</b>	<i>Ćwiczenia – dyskusja wielokrotna (grupowa), objaśnienie (OB), ćwiczenia przedmiotowe, zajęcia praktyczne</i>	
<b>3.5. Wykaz literatury</b>	<b>podstawowa</b>	<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>
	<b>uzupełniająca</b>	<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 &amp; Partner. 2010. 3. Leszek Magiera. Historia masażu w zarysie. Bio-Styl. Kraków 2007.</i>

#### 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

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

#### 4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

<b>Efekt</b>	<b>Student, który zaliczył przedmiot</b>	<b>Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia</b>
w zakresie <b>WIEDZY:</b>		
W01	<i>Zna budowę anatomiczną organizmu ludzkiego</i>	WF1P_W02 - posiada ogólną wiedzę z zakresu budowy organizmu ludzkiego z uwzględnieniem wszystkich układów funkcjonalnych człowieka
W02	<i>Posiada wiedzę merytoryczną do wykonywania masażu.</i>	WF1P_W11 - rozumie znaczenie odnowy biologicznej w profilaktyce zdrowotnej i w sporcie, zna podstawowe zabiegi i zasady stosowane w odnowie biologicznej
W03	<i>Zna teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy masażu leczniczego.</i>	WF1P_W11 - rozumie znaczenie odnowy biologicznej w profilaktyce zdrowotnej i w sporcie, zna podstawowe zabiegi i zasady stosowane w odnowie biologicznej
w zakresie <b>UMIĘJĘTNOŚCI:</b>		
U01	<i>Potrafi wykorzystać odpowiednie techniki masażu w zależności od schorzenia i masowanej części ciała.</i>	WF1P_U17 - posiada podstawowe umiejętności w zakresie stosowania i propagowania różnych metod odnowy biologicznej mających na celu usunięcie skutków zmęczenia i przeciążeń po wysiłkach fizycznych o różnym charakterze.
U02	<i>Formułuje wnioski w oparciu o przeprowadzone badanie.</i>	WF1P_U23 - potrafi analizować i dyskutować kwestie związane z określoną problematyką zdrowia i kultury fizycznej
w zakresie <b>KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
K01	<i>Jest świadomy odpowiedzialności zawodowej.</i>	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	<i>Umie interpretować uzyskane wiadomości.</i>	WF1P_K04 - potrafi odpowiednio określić priorytety służące realizacji określonych celów edukacyjnych i sportowych, dokonując wyborów jest odpowiedzialny i autonomiczny, wykazuje aktywność, odznacza się wytrwałością w realizacji indywidualnych i zespołowych zadań, jest otwarty na zmiany i wrażliwy na potrzeby uczniów
K03	<i>Charakteryzuje się tolerancją, wrażliwością etyczną i zrozumieniem dla zachowań wynikających z odmiennych uwarunkowań religijnych, społecznych i kulturowych.</i>	WF1P_K02 - okazuje szacunek i troskę wobec uczestników zajęć, dba o ich dobro, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność

#### 4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia

<b>Efekty przedmiotowe</b> (symbol)	<b>Sposób weryfikacji (+/-)</b>																								
	<b>Egzamin ustny/pisemny*</b>			<b>Kolokwium*</b>			<b>Projekt*</b>			<b>Aktywność na zajęciach*</b>			<b>Praca własna*</b>			<b>Praca w grupie*</b>			<b>Inne – zaliczenie praktyczne</b>						
	<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>						
	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	<i>W</i>	<i>C</i>	<i>...</i>	
W01																								+	
W02																									+
W03																									+
U01																									+
U02																									+
K01																									+
K02																									+
K03																									+

#### 4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia

<b>Forma zajęć</b>	<b>Ocena</b>	<b>Kryterium oceny</b>
<b>ćwiczenia (C)*</b>	<b>3</b>	51% - 60% punktów z zaliczenia praktycznego
	<b>3,5</b>	61% - 70% punktów z zaliczenia praktycznego
	<b>4</b>	71% - 80% punktów z zaliczenia praktycznego
	<b>4,5</b>	81% - 90% punktów z zaliczenia praktycznego
	<b>5</b>	91% - 100% punktów z zaliczenia praktycznego

## 5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	25	
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	
Przygotowanie do ćwiczeń*	10	
Przygotowanie do zaliczenia praktycznego*	15	
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>50</b>	
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>2</b>	

\*niepotrzebne usunąć

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

.....