*Załącznik nr 1 do zarządzenia Rektora UJK nr 90/2018*

**KARTA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | 1012.7.KOS1.F7.ZPW | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | ***Zdrowotne programy wellness***  ***Health wellness programs*** |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | Kosmetologia |
| **1.2. Forma studiów** | Studia stacjonarne/ niestacjonarne |
| **1.3. Poziom studiów** | Studia pierwszego stopnia |
| **1.4. Profil studiów\*** | Praktyczny |
| **1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu** |  |
| **1.6. Kontakt** |  |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Język wykładowy** | Polski |
| **2.2. Wymagania wstępne\*** | Znajomość zagadnień z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej, masażu kosmetycznego. |

1. **SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Forma zajęć** | | Wykład, ćwiczenia |
| * 1. **Miejsce realizacji zajęć** | | Pomieszczenia dydaktyczne UJK |
| * 1. **Forma zaliczenia zajęć** | | Wykład: zaliczenie, egzamin  Ćwiczenia: zaliczenie z oceną |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | Wykład: wykład informacyjny, pogadanka. Ćwiczenia: pokaz z objaśnieniem, ćwiczenia praktyczne. |
| * 1. **Wykaz literatury** | **podstawowa** | 1. Sallmann N. Megatrend WELLNESS & SPA dla rynku usług czasu wolnego i hotelarstwa w XXI wieku. Polska Akademia Gościnności, Kraków 2010.  2. Magiera L., Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej., BIO-STYL, Kraków 2009. |
| **uzupełniająca** | 1.Kasprzak W., Mańkowska A. Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2008. |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   **Wykład C1.** Zapoznanie studentów z metodami odnowy ciała z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań oraz wyposażenie studentów w wiedzę z zakresu bezpieczeństwa zabiegowego w gabinecie SPA.  **C2.** Wyposażenie studentów w wiedzę teoretyczną z zakresu umiejętności promowania zdrowego stylu życia oraz planowania programów pielęgnacyjnych w ramach wellness.  **Ćwiczenia C1.** Umiejętność programowania programów zdrowotnych wellness oraz wykonywanie zabiegów pielęgnacyjnych z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań.  **C2.** Przygotowanie studentów do pracy w ośrodkach odnowy biologicznej. |
| * 1. **Treści programowe *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   **Wykład**  Wellness – terminologia i główne założenia, zasady promocji zdrowia. Rodzaje zabiegów pielęgnacyjnych wykonywanych w ośrodkach odnowy biologicznej oraz gabinetach SPA.  **Labo Ćwiczenia** Planowanie kosmetycznych programów biologicznej odnowy ciała. Zabiegi pielęgnacyjne stosowane w gabinetach SPA. |

* 1. **Przedmiotowe efekty uczenia się**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Efekt** | **Student, który zaliczył przedmiot** | **Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się** |
| w zakresie **WIEDZY:** | | |
| W01 | Zna metody odnowy biologicznej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań. | KOS1P\_W06 |
| W02 | Zna zasady higieny i bezpieczeństwa pracy obowiązujące w gabinecie SPA. | KOS1P\_W10 |
| W03 | Posiada wiedzę z zakresu wellness i profilaktyki zdrowotnej oraz zna zasady promocji zdrowia. | KOS1P\_W14 |
| w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** | | |
| U01 | Potrafi poprawnie wykonać zabieg mający na celu odnowę biologiczną ciała. | KOS1P\_U01 |
| U02 | Potrafi stosować kosmetyczne metody odnowy ciała. | KOS1P\_U02 |
| U03 | Posiada umiejętność promowania zdrowego stylu życia oraz potrafi udzielać porad w zakresie trybu życia i stosowanych kosmetyków sprzyjających poprawie wyglądu ciała. | KOS1P\_U05 |
| U04 | Potrafi przeprowadzić wywiad z klientem w celu zaplanowania dalszego postępowania. | KOS1P\_U18 |
| w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** | | |
| K01 | Rozumie potrzebę ustawicznego doskonalenia zawodowego. | KOS1P\_K09 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się** | | | | | | | | | | | | |
| **Efekty przedmiotowe**  ***(symbol)*** | **Sposób weryfikacji (+/-)** | | | | | | | | | | | |
| **Egzamin** | | | **Aktywność na zajęciach** | | | **Praca w grupie** | | | **Inne (zaliczenie praktyczne)** | | |
| ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | |
| *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* |
| W01 | + | - |  | + | - |  | + | - |  | - | **-** |  |
| W02 | + | - |  | + | - |  | + | - |  | - | **-** |  |
| W03 | + | - |  | + | - |  | + | - |  | - | **-** |  |
| U01 | - | - |  | - | + |  | - | + |  | - | **+** |  |
| U02 | - | - |  | - | + |  | - | + |  | - | + |  |
| U03 | - | - |  | - | + |  | - | + |  | - | + |  |
| U04 | - | - |  | - | + |  | - | + |  | - | + |  |
| K01 | - | - |  | - | + |  | - | + |  | - | + |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się** | | |
| **Forma zajęć** | **Ocena** | **Kryterium oceny** |
| **wykład (W)** | **3** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów, czynny udział w wykładzie. 61-68% pozytywnie zaliczonego egzaminu. |
| **3,5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów, czynny udział w wykładzie. 69-76% pozytywnie zaliczonego egzaminu pisemnego. |
| **4** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów, czynny udział w wykładzie.77-84% pozytywnie zaliczonego egzaminu pisemnego. |
| **4,5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów, czynny udział w wykładzie. 85-92% pozytywnie zaliczonego egzaminu pisemnego. |
| **5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów, czynny udział w wykładzie. 93-100% pozytywnie zaliczonego egzaminu pisemnego. |
| **ćwiczenia (C)** | **3** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów. Aktywność na ćwiczeniach. Opanowanie większości treści programowych na poziomie podstawowym. Nie zawsze uwzględnia indywidualną sytuację pacjenta, wymaga ciągłego naprowadzania i przypominania w podejmowanym działaniu, nie zawsze potrafi ocenić i analizować własne postępowanie. |
| **3,5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów . Aktywność na ćwiczeniach. Opanowanie większości treści programowych na poziomie zadowalającym. Uwzględnia indywidualną sytuację pacjenta, często wymaga przypominania w podejmowanym działaniu, podejmuje wysiłek, by ocenić i analizować własne postępowanie. |
| **4** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów. Aktywność na ćwiczeniach. Opanowanie pełnego zakresu treści programowych na poziomie zadowalającym. Zwraca uwagę na indywidualną sytuację pacjenta, czasami wymaga przypominania w podejmowanym działaniu, wykazuje nieporadność w zakresie oceny i analizy własnego postępowania. |
| **4,5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów. Aktywność na ćwiczeniach. Przejawia troskę o uwzględnienie indywidualnej sytuacji pacjenta, czasami wymaga przypomnienia i ukierunkowania również w doborze metod komunikowania się, wykazuje starania w zakresie oceny i analizy własnego postępowania. |
| **5** | Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów. Aktywność na ćwiczeniach. Opanowanie treści programowych na bardzo wysokim poziomie. Uwzględnia sytuację pacjenta, planuje i wykonuje działania całkowicie samodzielnie, spontaniczny, konstruktywny i samodzielny dobór treści adekwatny do oczekiwań odbiorcy, potrafi ocenić i analizować postępowanie własne, widoczna identyfikacja z rolą zawodową. |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** | |
| **Studia**  **stacjonarne** | **Studia**  **niestacjonarne** |
| LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/ | **40** | **30** |
| Udział w wykładach | 15 | 10 |
| Udział w ćwiczeniach | 25 | 20 |
| SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/ | **35** | **45** |
| Przygotowanie do egzaminu | 10 | 15 |
| Przygotowanie do ćwiczeń | 25 | 30 |
| **ŁĄCZNA LICZBA GODZIN** | **75** | **75** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **3** | **3** |

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

*............................................................................................................................*