

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2021/2022, 2022/2023, 2023/2024
(skrajne daty)

Rok akademicki 2023/2024

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Masaż
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej
Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
Poziom studiów	studia pierwszego stopnia
Profil	ogólnoakademicki
Forma studiów	stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	trzeci rok, semestr piąty
Rodzaj przedmiotu	przedmiot kierunkowy
Język wykładowy	polski
Koordinator	dr Grzegorz Bielec
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr Piotr Matłosz dr Grzegorz Bielec

* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt. ECTS
5	-	-	-	10	-	-	-	-	1

1.2. Sposób realizacji zajęć

- zajęcia w formie tradycyjnej
 zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

zaliczenie z oceną

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Podstawowa wiedza z zakresu anatomii prawidłowej człowieka Podstawowe wiadomości w zakresie fizjologii człowieka

3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

3.1 Cele przedmiotu

C1	Przekazanie wiadomości oraz wykształcenie umiejętności w zakresie podstawowych technik stosowanych w masażu klasycznym
C2	Przekazanie wiedzy i wykształcenie umiejętności związanych ze stosowaniem masażu w sporcie

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych ¹
EK_01	Posiada wiedzę z zakresu budowy i funkcjonowania ludzkiego organizmu. Zna procesy zachodzące w organizmie pod wpływem wysiłku fizycznego o różnej intensywności. Zna procesy zachodzące w organizmie pod wpływem masażu sportowego.	K_W03 K_W05
EK_02	Bazując na samodzielnie wyszukanych, najnowszych wynikach badań naukowych potrafi ocenić skuteczność zastosowanych technik masażu na sprawność funkcjonalną układu mięśniowego.	K_U01 K_U05
EK_03	Aktualizuje swoją wiedzę teoretyczną oraz doskonali własne umiejętności praktyczne. Jest gotów do promowania zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej w środowisku szkolnym, lokalnym i rodzinnym.	K_K02 K_K04

3.3 Treści programowe

- A. Problematyka wykładu
- B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

1) Zajęcia organizacyjne, przedstawienie organizacji pracy masażysty i wprowadzenie do zasad BHP w miejscu pracy (EK_01, EK_03)
2) Fizjologia układu nerwowo mięśniowego, wpływ masażu na układy ciała człowieka, wskazania i przeciwwskazania do masażu klasycznego (EK_01, EK_03)
3) Nauka podstawowych technik masażu klasycznego. Masaż grzbietu i kręgosłupa (EK_02, EK_03)
4) Masaż klatki piersiowej i powłok brzusznych (EK_02, EK_03)
5) Masaż obręczy biodrowej i kończyny dolnej (EK_02, EK_03)
6) Masaż obręczy barkowej i kończyny górnej (EK_02, EK_03)
7) Masaż głowy i szyi (EK_02, EK_03)

3.4 Metody dydaktyczne

- Demonstracja określonych technik masażu
- Metoda ćwiczeń przedmiotowych, metoda zadań praktycznych
- Obserwacja w trakcie zajęć

¹ W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	KOLOKWIMUM W FORMIE TESTU	Lab.
EK_02	Obserwacja w trakcie zajęć (ocena formująca) Zaliczenie praktyczne obejmujące odpowiedź ustną (ocena podsumowująca)	lab.
EK_03	Obserwacja w trakcie zajęć (ocena formująca)	lab.

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

1) Zaliczenie obejmuje: <ul style="list-style-type: none">• Kolokwium• odpowiedź ustną• demonstrację wskazanych technik masażu Punkty uzyskane w ramach zaliczenia są przeliczane na procenty, którym odpowiadają oceny: <ol style="list-style-type: none">1) poniżej 50% - niedostateczny,2) 51% - 60% - dostateczny,3) 61% - 70% - dostateczny plus,4) 71% - 80% - dobry,5) 81% - 90% - dobry plus,6) 91% - 100% - bardzo dobry
--

5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	10
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	5 w tym: Udział w zaliczeniu praktycznym - 2h; Udział w konsultacjach – 3h
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	10 w tym: Przygotowanie do ćwiczeń – 5h; Przygotowanie do zaliczenia praktycznego – 5h.
SUMA GODZIN	25
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	0
zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Magiera L. "Klasyczny masaż leczniczy", Wydawnictwo Bio-styl, Kraków 2007.
2. Zborowski A. „Masaż klasyczny”, Firma wydawniczo-handlowa AZ, Kraków 2006.
3. Prochowicz Z. „Podstawy masażu leczniczego”, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, 1991.

Literatura uzupełniająca:

1. Magiera, L., Walaszek R. „Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej”, Wydawnictwo Biosport, 2007.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej