



## SYLABUS

### DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020-2025

(skrajne daty)

#### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

|   |   |
|---|---|
| Nazwa przedmiotu                                      | <b>Wybrane formy masażu – masaż limfatyczny i segmentarny</b>   |
| Kod przedmiotu*                                       |   |
| Nazwa jednostki prowadzącej kierunek                  | <b>Kolegium Nauk Medycznych</b>   |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot                | <b>Instytut Nauk o Zdrowiu</b>  |
| Kierunek studiów                                      | <b>Fizjoterapia</b>   |
| Poziom kształcenia                                    | <b>Studia jednolite magisterskie, przedmiot do wyboru</b>   |
| Profil  | <b>Ogólnoakademicki</b>   |
| Forma studiów   | <b>Niestacjonarne</b>   |
| Rok i semestr studiów                                 | <b>II rok, 4 semestr</b>  |
| Rodzaj przedmiotu                                     | <b>Autorska oferta uczelni</b>  |
| Język wykładowy                                       | <b>Polski</b>   |
| Koordinator   | <b>dr Renata Skalska-Izdebska</b>   |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | Mgr Anna Olech-Kuciemba – ćwiczenia laboratoryjne<br>Mgr Sabina Rozmus – ćwiczenia laboratoryjne<br>Mgr Damian Krawczyk – ćwiczenia laboratoryjne |

\* - opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

#### 1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

| Semestr (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (GN) | Liczba pkt ECTS |
|--------------|-------|-----|-------|------|------|----|--------|-----------|-----------------|
| 1            | -     | -   | -     | 55   | -    | -  | -      | 5         | 2               |

#### 1.3. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

#### 1.4. Forma zaliczenia przedmiotu (z toku)(egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Znajomość anatomii topograficznej i czynnościowej układu ruchu, fizjologii człowieka, patologii ogólnej oraz podstawowych technik stosowanych w masażu klasycznym.

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

### 3.1. Cele przedmiotu

|    |  |
|----|--|
| C1 | Zdobycie wiedzy na temat teoretycznych, medycznych i praktycznych podstaw masażu limfatycznego i segmentarnego oraz wskazań i przeciwwskazań do wykonywania masażu.  |
| C2 | Zdobycie umiejętności planowania, doboru oraz wykonywania zaawansowanych technik stosowanych w masażu limfatycznym i segmentarnym oraz zdobycie umiejętności obsługi i stosowania urządzeń z zakresu masażu. |

### 3.2 EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU

| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu  | Odniesienie do efektów kierunkowych |
|------------------------|---|-------------------------------------|
| EK_01                  | Zna i rozumie teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy masażu limfatycznego i segmentarnego.   | C.W7.                               |
| EK_02                  | Zna i rozumie wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu limfatycznego i segmentarnego.   | C.W8.                               |
| EK_03                  | Potrafi zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu masażu limfatycznego i segmentarnego.  | C.U8.                               |
| EK_04                  | Potrafi obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu masażu.  | C.U9.                               |
| EK_05                  | Potrafi wykazać zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu masażu limfatycznego i segmentarnego. | C.U10.                              |

### 3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

#### A. Problematyka ćwiczeń laboratoryjnych

|  |
|--|
| <b>Treści merytoryczne</b>   |
| Zajęcia organizacyjno – wprowadzające. Zapoznanie studentów z problematyką, kryteriami zaliczenia oraz obowiązująca literatura.                                    |
| Podstawy teoretyczne drenażu limfatycznego: rodzaje, warunki, wskazania i przeciwwskazania.  |
| Teoretyczne, medyczne i praktyczne podstawy masażu limfatycznego. Wskazania i przeciwwskazania do masażu limfatycznego. Podstawowe techniki drenażu limfatycznego. |
| Drenaż limfatyczny kończyny górnej- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych, nauka zastosowania urządzeń z zakresu masażu.                |
| Drenaż limfatyczny kończyny dolnej- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych   |

|   |
|---|
| Drenaż limfatyczny pozostałych części ciała- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych   |
| Teoretyczne, medyczne i praktyczne podstawy masażu segmentarnego leczniczego: rodzaje, warunki, wskazania i przeciwwskazania. Podstawowe techniki masażu segmentarnego. |
| Masaż segmentarny poszczególnych części ciała- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych   |
| Dobór masażu segmentarnego do wybranych jednostkach chorobowych.  |
| Powtórzenie materiału.  |
| Zaliczenie przedmiotu   |

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

**Ćwiczenia laboratoryjne:** praca z współwiczającym, zajęcia praktyczne.

## 4 METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

| Symbol efektu       | Metody oceny efektów uczenia się<br>( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, ...) |
|---------------------|--|---|
| EK_01, EK_02        | Zaliczenie ustne   | LAB.                                    |
| EK_03, EK_04, EK_05 | Zaliczenie praktyczne  | LAB.                                    |

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

#### Ćwiczenia laboratoryjne

##### Ocena wiedzy (EK\_01, EK\_02):

##### Zaliczenie ustne.

Kryteria oceny:

- 5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%
- 4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92%
- 4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84%
- 3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76%
- 3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%
- 2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60%

##### Ocena umiejętności (EK\_03, EK\_04, EK\_05):

##### Zaliczenie praktyczne.

- 5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie każdy rodzaj masażu, techniki odpowiednio dobiera do wskazań
- 4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie każdy rodzaj masażu, techniki odpowiednio dobiera do wskazań, z niewielką pomocą prowadzącego
- 4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać masaż oraz dobrać odpowiednio do wskazań techniki z pomocą prowadzącego
- 3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać masaż z pomocą i korektą prowadzącego, odpowiednie do wskazań techniki dobiera, również z pomocą prowadzącego
- 3.0 – student uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać podstawowe techniki masażu

z pomocą prowadzącego, przy czym popełnia drobne błędy, dobór technik nie jest w pełni prawidłowy i wymaga znacznej korekty

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, nie potrafi przedstawić podstawowych technik masażu, większość jego działań wymaga korekty prowadzącego, nie potrafi dobrać technik do jednostek chorobowych i wskazań.

*Ocenę pozytywną z przedmiotu można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów uczenia się.  
Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z ocen częściowych.*

*Istnieje możliwość zmiany formy zajęć oraz zaliczeń: kontaktowa / zdalna / hybrydowa zależnie od bieżącej sytuacji epidemicznej i po uzyskaniu zgody kierownika kierunku.*

*Istnieje możliwość organizacji zajęć dla odrębnej grupy w języku angielskim na wniosek studentów.*

## 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  | 55  |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)                             | 2   |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 3   |
| <b>SUMA GODZIN</b>  | <b>60</b>   |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>   | <b>2</b>  |

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| Wymiar godzinowy                 | - |
| Zasady i formy odbywania praktyk | - |

## 7. LITERATURA

### Literatura podstawowa:

1. Magiera Leszek, Walaszek Robert., „Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej”, Biosport, Kraków, 2019, wyd. I.
2. Tomson Didier, Christian Schuchhardt., „Drenaż limfatyczny”, red. Wydania polskiego Jakub Taradaj, Edra Urban&Partner, Wrocław, 2010.
3. Biały Sebastian, Fizykalna terapia obrzękowa. Manualny drenaż limfatyczny kończyn dolnych w postępowaniu po usunięciu biodrowych węzłów limfatycznych. Rehamed, Chorzów, 2014.
4. Zborowski A., „Manualny drenaż limfatyczny”, 3, Wyd. A-Z, Kraków, 2017.
5. Zborowski A., Masaż klasyczny, wyd. AZ, Kraków 2008, wyd.4.
6. Karen Schutt „Masaż relaksacyjny. Wszystkie techniki.” RM, 2011.
7. Analiza skuteczności poszczególnych procedur fizjoterapeutycznych w leczeniu obrzęku

limfatycznego: rekomendacje w świetle EBM, Taradaj Jakub, KIF, 2017.

**Literatura uzupełniająca:**

1. Foldi I, Terapia obrzękowa, 2004. wyd.2.
2. Edward Saulicz - Masaż leczniczy: Badanie i leczenie mięśniowo-powięziowych punktów spustowych, Wyd. Elsevier Urban& Partner. Wrocław 2009.
3. Kasperczyk T., Magiera L., Mucha D., Walaszek R., Masaż z elementami rehabilitacji, Wyd. Rehmed, Kraków, 2006.
4. Wittlinger Hildegard. Dr. Vodder's Manual Lymph Drainage. Thieme, Stuttgart 2018
5. Allen, Laura. Clay and Pounds' Basic Clinical Massage Therapy, Lippincott Williams & Wilkins 2015
6. Kobza W., Lizis P. Zięba HR. Effects of feet reflexology versus segmental massage in reducing pain and its intensity, frequency and duration of the attacks in females with migraine: a pilot study. J Tradit Chin Med. 2017 Apr;37(2):214-9. doi: 10.1016/s0254-6272(17)30047-x. PMID: 29960294.
7. Vairo GL, Miller SJ, McBrier NM, Buckley WE. Systematic review of efficacy for manual lymphatic drainage techniques in sports medicine and rehabilitation: an evidence-based practice approach. J Man Manip Ther. 2009;17(3):e80-e89. doi:10.1179/jmt.2009.17.3.80E

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej