*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia *2020/2021 – 2022/2023***

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2022/2023

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 | niestacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | trzeci rok, semestr piąty |
| Rodzaj przedmiotu | przedmiot kierunkowy |
| Język wykładowy | polski |
| Koordynator | dr Piotr Matłosz |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Piotr Matłosz |

\* *-opcjonalni*e, *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]](#footnote-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**

1. Problematyka wykładu **– nie dotyczy**
2. 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) |
| 1. Fizjologia układu nerwowo mięśniowego, wpływ masażu na układy ciała człowieka, wskazania i przeciwwskazania do masażu klasycznego (EK\_01, EK\_03) |
| 1. Nauka podstawowych technik masażu klasycznego.   Masaż grzbietu i kręgosłupa (EK\_02, EK\_03) |
| 1. Masaż klatki piersiowej i powłok brzusznych (EK\_02, EK\_03) |
| 1. Masaż obręczy biodrowej i kończyny dolnej (EK\_02, EK\_03) |
| 1. Masaż obręczy barkowej i kończyny górnej (EK\_02, EK\_03) |
| 1. 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

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| ek\_ 01 | Zaliczenie praktyczne obejmujące odpowiedź ustną  (ocena podsumowująca) | 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 praktyczne obejmujące:   * odpowiedź ustną * demonstrację wskazanych technik masażu   Punkty uzyskane w ramach zaliczenia praktycznego są przeliczane na procenty, którym odpowiadają oceny:   1. poniżej 50% - niedostateczny, 2. 51% - 60% - dostateczny, 3. 61% - 70% - dostateczny plus, 4. 71% - 80% - dobry, 5. 81% - 90% - dobry plus, 6. 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

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)