



## SYLABUS

### DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2021-2026

(skrajne daty)

#### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	<b>Wybrane formy masażu – masaż limfatyczny i sportowy</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</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Niestacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>II rok, 4 semestr</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Polski (możliwość prowadzenia zajęć w języku angielskim lub dwujęzycznie)</b>
Język wykładowy	<b>Polski, Angielski</b>
Koordinator	<b>Mgr Michalina Czarnota</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Dorota Krawczyk- ćwiczenia laboratoryjne Mgr Anna Olech-Kuciemba – ćwiczenia laboratoryjne Mgr Mateusz Znamirowski – ćwiczenia laboratoryjne

\* - *opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

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

Semestr (nr)	Wykl.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (GN)	Liczba pkt ECTS
1	-	-	-	25	-	-	-	5	1

#### 1.3. Sposób realizacji zajęć

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 sportowego. Wskazań i przeciwwskazań do wykonywania masażu.
C2	Zdobycie umiejętności planowania, doboru oraz wykonywania zaawansowanych technik stosowanych w masażu limfatycznym i relaksacyjnym 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.	C.W7.
EK_02	Zna i rozumie wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu.	C.W8.
EK_03	Potrafi zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu masażu.	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.	C.U10.

### 3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

#### A. Problematyka ćwiczeń laboratoryjnych

<b>Treści merytoryczne</b>
Zajęcia organizacyjno – wprowadzające. Zapoznanie studentów z problematyką, kryteria zaliczenia oraz obowiązująca literatura.
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- nauka zaawansowanych umiejętności manualnych
Teoretyczne, medyczne i praktyczne podstawy masażu sportowego. Przygotowanie zawodnika do masażu sportowego. Wskazania do stosowania środków wspomagających masaż. Rodzaje masażu sportowego
Masaż sportowy kończyny górnej i obręczy barkowej- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych.
Masaż sportowy kończyny dolnej i obręczy biodrowej- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych.
Masaż sportowy klatki piersiowej, powłok brzusznych- planowanie, dobór i nauka zaawansowanych umiejętności manualnych
Powtórzenie materiału.
Zaliczenie przedmiotu

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

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

**Praca własna studenta:** praca z książką, analiza artykułów naukowych

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

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

## 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	25
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>30</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>1</b>

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

Wymiar godzinowy	-
Zasady i formy odbywania praktyk	-

## 7. LITERATURA

### Literatura podstawowa:

1. Magiera L., Klasyczny masaż leczniczy, Wyd. Bio-styl, Kraków, 2010, wyd.2. 2006, wyd.2.
2. Zborowski A., Drenaż limfatyczny, Wyd. AZ, Kraków, 2017.
3. Zborowski A., Masaż klasyczny, wyd. AZ, Kraków 2008, wyd.4
4. Kasperczyk T., Magiera L., Mucha D., Walaszek R., Masaż z elementami rehabilitacji, wyd. Rehmed, Kraków, 2006.
5. Magiera L., Walaszek R. Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Biosport. Kraków 2003

### Literatura uzupełniająca:

1. Gieremek K.: Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna. Wyd. Hasmed Bielsko-Biała 2001.
2. Ryszard Pawelec, Edyta Szczuka, Wojciech Laber „Metodyka masażu w odnowie biologicznej.” Wrocław 2011
3. Foldi I. Terapia obrzękowa, 2004. wyd.2.
4. Jelvéus A, Integrated Sports Massage Therapy: A Comprehensive Handbook, Churchill Livingstone, 2011.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej