

# KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

## Opis przedmiotu

|                                                           |                    |                                                |                                   |                     |
|-----------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------|
| Kod przedmiotu                                            |                    | Nazwa przedmiotu                               | FIZJOTERAPIA I MASAŻ              |                     |
| 1012/P/I/ST/B1.11                                         |                    |                                                | PHYSIOTHERAPY AND MASSAGE         |                     |
| Język wykładowy                                           |                    | polski                                         |                                   |                     |
| Rok akademicki                                            |                    | 2020/21                                        |                                   |                     |
| Kierunek                                                  |                    | kosmetologia                                   |                                   |                     |
| w zakresie                                                |                    |                                                |                                   |                     |
| Poziom studiów                                            |                    | pierwszy                                       |                                   |                     |
| Profil studiów                                            |                    | praktyczny                                     |                                   |                     |
| Forma studiów                                             |                    | stacjonarne                                    |                                   |                     |
| Semestr / semestry                                        |                    | V                                              |                                   |                     |
| Przynależność do grupy zajęć                              |                    | Kierunkowe                                     |                                   |                     |
| Status przedmiotu                                         |                    | obowiązkowy                                    |                                   |                     |
| Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS |                    | Forma zajęć                                    | Liczba godzin zajęć dydaktycznych | Liczba punktów ECTS |
|                                                           |                    | Wykład                                         | [15]                              | 3 ECTS              |
|                                                           |                    | Ćwiczenia                                      | [30]                              |                     |
|                                                           |                    | Zajęcia praktyczne                             | [h]                               |                     |
| Powiązanie przedmiotu                                     | z profilem studiów | praktycznym                                    |                                   | 3 ECTS              |
|                                                           | z uprawnieniami    |                                                |                                   | ... ECTS            |
|                                                           | z dyscypliną       | Nauki o zdrowiu                                |                                   | 3 ECTS              |
| Forma nauczania                                           |                    | tradycyjna- zajęcia zorganizowane w Uczelni    |                                   |                     |
| Wymagania wstępne                                         |                    | Posiada wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii |                                   |                     |
| Jednostka prowadząca                                      |                    | Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu       |                                   |                     |
| Koordynator                                               |                    | Mgr Piotr Błędowski                            |                                   |                     |
| Osoby prowadzące                                          |                    | Mgr Piotr Błędowski                            |                                   |                     |
| Adres strony internetowej pjo                             |                    |                                                |                                   |                     |
| Adres e-mail, telefon koordynatora                        |                    | p.bledowski@uthrad.pl                          |                                   |                     |

**EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ**

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cel kształcenia:   | Zapoznanie studenta z teoretycznymi podstawami z zakresu fizykoterapii oraz opanowanie praktycznych umiejętności w zakresie podstaw masażu klasycznego.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Treści programowe: | <p>Wykłady:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kosmetologia i medycyna estetyczna. Zadania fizjoterapii w kosmetologii i medycynie estetycznej. 2h</li> <li>2. Budowa i funkcje skóry. Pielęgnacja skóry a rodzaje cery. 2h</li> <li>3. Reakcje skóry na bodźce fizyczne. 2h</li> <li>4. Przez skórny transport substancji czynnych używanych w kosmetologii. 2h</li> <li>5. Rys historyczny medycyny fizykalnej. Działy fizykoterapii. 2h</li> <li>6. Rodzaje , mechanizmy działania bodźców fizykoterapeutycznych. 2h</li> <li>7. Termoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej: ciepłolecznictwo. 2h</li> <li>8. Termoterapia : zimno lecznictwo 2h</li> <li>9. Aktynoterapia: promieniowanie IR, UV, koloroterapia i światło spolaryzowane. 2h</li> <li>10. Laseroterapia nisko i wysokoenergetyczna. 2h</li> <li>11. Stosowanie aparatury elektrolecniczej w kosmetologii i medycynie estetycznej. Elektroterapia: działanie biologiczne prądu elektrycznego 2h</li> <li>12. Fizjologiczne reakcje na działanie prądu elektrycznego. 2h</li> <li>13. Hydroterapia . Oddziaływanie zabiegów hydroterapeutycznych. 2h</li> <li>14. Zastosowanie fali ultradźwiękowej w kosmetologii. Fizyczne oddziaływanie fali UD na tkankę. 2h</li> <li>15. Fizjoterapia w wybranych problemach kosmetycznych i dermatologicznych. Miejsce fizjoterapii kosmetyczno-estetycznej w różnych strukturach organizacyjnych. 2h</li> </ol> <p>Ćwiczenia:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Klasyfikacja masażu leczniczego. Organizacja pracy masażysty i higiena masażu. Środki pomocnicze –ułatwiające i wspomagające masaż. 2h</li> <li>2. Techniki masażu klasycznego (oklepywanie, wstrząsanie, vibracja) metodyka wykonywania. Działanie i zastosowanie w/w technik masażu klasycznego. Wskazania do masażu częściowego. 3h</li> <li>3. Metodyka wykonywania technik masażu klasycznego w opracowaniu mięśni grzbietu. Masaż grzbietu jako całości 3h</li> <li>4. Metodyka wykonywania masażu klasycznego w obrębie kończyny dolnej 2h</li> <li>5. Metodyka wykonywania masażu klasycznego w obrębie kończyny górnej 2h</li> <li>6. Metodyka wykonywania masażu klasycznego mm. brzucha 2h</li> <li>7. Metodyka wykonywania masażu klasycznego w obrębie klatki piersiowej 2h</li> <li>8. Zaznajomienie się z podstawami teoretycznymi magnetoterapii 1h</li> <li>9. Poznanie podstaw oddziaływania zmiennych pól magnetycznych o niskich wartościach indukcji na funkcjonowanie organizmu. Zapoznanie się z zasadami stosowania magnetostymulacji 3h</li> <li>10. Usystematyzowanie wiadomości z zakresu działania biologicznego 1h</li> <li>11. Wybrane zagadnienia z hydroterapii 3h</li> <li>12. Krioterapia. Wpływu zabiegów krioterapeutycznych na organizm człowieka - reakcje fizjologiczne 3h</li> <li>13. Peloidoterapia. Znajomość podziału peloidów i ich właściwości. Wpływu zabiegów na organizm 3h</li> </ol> |

|                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metody dydaktyczne (kształcenia):                                                                    | Wykłady informacyjne realizowane z wykorzystaniem technik multimedialnych powiązane.<br>Metody praktyczne realizowane z wykorzystaniem aparatury do zabiegów fizykoterapeutycznych.                                                                                                                                                                                                                                    |
| Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej: | Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wymaganych efektów kształcenia, uzyskanie pozytywnych ocen z ćwiczeń- 50% i zdanie egzaminu w formie pisemnej- 50%.Zaliczenie przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi.<br>Ocena końcowa z ćwiczeń stanowi sumę ocen: 50 % kolokwium, 50% praktyczne wykonywanie zabiegów., |

| Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć |                                                                                                                                       |                                    |                    | Metody weryfikacji efektów uczenia się |                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Numer efektu uczenia się                                                              | Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU)<br>Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do: | Kierunkowy efekt uczenia się (KEU) | Forma zajęć        | Forma weryfikacji (zaliczeń)           | Metody sprawdzania i oceny                               |
| W1                                                                                    | Posiada wiedzę i potrafi wyjaśnić mechanizm oddziaływania zabiegów fizykalnych stosowanych w kosmetologii i medycynie estetycznej     | K_WG01++<br>K_WG06                 | wykład             | egzamin                                | egzamin pisemny w formie pytań otwartych lub zamkniętych |
| W2                                                                                    | Zna i potrafi interpretować mechanizmy działania określonych czynników fizykalnych stosowanych w kosmetologii i medycynie estetycznej | K_WG12                             | wykład             | egzamin                                | egzamin pisemny w formie pytań otwartych lub zamkniętych |
| U1                                                                                    | Potrafi posługiwać się sprzętem i aparaturą mającą zastosowanie w kosmetologii i medycynie estetycznej                                | K_UW06+                            | Zajęcia praktyczne | zaliczenie na ocenę                    | Zaliczenie praktyczne                                    |
| U2                                                                                    | Potrafi zaplanować i wykonać zabiegi fizjoterapeutyczne w tym masaż klasyczny, stosowane w kosmetologii i medycynie estetycznej       | K_UW06<br>K_UO11++                 | Zajęcia praktyczne | zaliczenie na ocenę                    | Zaliczenie praktyczne                                    |
| K1                                                                                    | Identyfikuje się i przestrzega właściwych relacji z pacjentem,                                                                        | K_KR07                             | Zajęcia praktyczne | zaliczenie na ocenę                    | Zaliczenie ustne                                         |
| K2                                                                                    | Samodzielnie wykonuje powierzone mu zadania i właściwie organizuje pracę własną                                                       | K_KK01                             | Zajęcia praktyczne | zaliczenie na ocenę                    | Zaliczenie ustne                                         |
| Stopień osiągnięcia kierunkowych efektów uczenia się: <i>np.:K_WG01 ... , ...</i>     |                                                                                                                                       |                                    |                    |                                        |                                                          |

| Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>podstawowa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kasprzak W., Mańkowska A. (2010): „Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej, Warszawa, Wydawnictwo PZWL</li> <li>• Jaroszevska. B.(2008):Kosmetologia, Warszawa, Wydawnictwo ATENA</li> <li>• Dylewska-Grzelakowska J. (2007): Kosmetyka stosowana Warszawa, Wydawnictwo WSiP, Warszawa</li> </ul> <p>uzupełniająca:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baginski B. J., Sharamon S. (1994): KSIĘGA CZAKR Od podstawowego rozumienia do zastosowań praktycznych. Aster, Kraków</li> <li>• Imke P.,(2002):Kosmetyka. Podręcznik do nauki zawodu. Poradnik, Warszawa, Wydawnictwo REA</li> <li>• Straburzyńska-Lupa A., Straburzyński G. (2008): Fizjoterapia z elementami klinicznymi. Warszawa: Wyd. Lek..PZWL.</li> <li>- Zborowski A (2008) : „Masaż klasyczny”</li> </ul> |

| Naład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS |                             |                                                     |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|
| Udział w zajęciach, aktywność                                                                       | Obciążenie studenta [h]     |                                                     |                     |
|                                                                                                     | Inne godz. kontaktowe (IGK) | Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN) | Zajęcia dydaktyczne |
| Udział w ... <i>wykładach</i>                                                                       | X                           | X                                                   | 15 [h]              |
| Samodzielne studiowanie tematyki ... <i>wykładów</i>                                                | X                           | 8[0]                                                | X                   |

|                                                                |                |                 |                  |
|----------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|------------------|
| Udział w .... <i>ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych</i> | X              | X               | 30[h]            |
| Samodzielne przygotowanie się do .... <i>ćwiczeń</i>           | X              | 5 [h]           | X                |
| Udział w konsultacjach                                         | 2 [h]          | X               | X                |
| Przygotowanie do .... <i>zaliczenia / egzaminu</i>             | X              | 5 [h]           | X                |
| Udział w .... <i>egzaminie / zaliczeniu</i>                    | 2 [h]          | X               | X                |
| Sumaryczne obciążenie pracą studenta                           | 4[h]/ 0,1 ECTS | 18 [h]/0,4 ECTS | 45[4h]/ 2,5 ECTS |
| Punkty ECTS za przedmiot                                       | 3 ECTS         |                 |                  |

|                             |
|-----------------------------|
| Informacje dodatkowe, uwagi |
|                             |