

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	MASAŻ ANTYCELLULITOWY	
1012/P/L/ST/B1.12			ANTI-CELLUITE MASSAGE	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2019/20		
Kierunek		kosmetologia		
w zakresie				
Poziom studiów		pierwszy		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		VI		
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	[0]	2 ECTS
		Ćwiczenia	[0]	
		Zajęcia praktyczne	[30]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	praktycznym		2 ECTS
	z uprawnieniami			... ECTS
	z dyscypliną	Nauki o zdrowiu		2 ECTS
Forma nauczania		tradycyjna- zajęcia zorganizowane w Uczelni w pracowni masażu		
Wymagania wstępne		Posiada wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii		
Jednostka prowadząca		Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu		
Koordynator		Mgr Urszula Wojtunik		
Osoby prowadzące		Mgr Urszula Wojtunik		
Adres strony internetowej pjo		www.wnminoz.uthrad.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		u.wojtunik@uthrad.pl		

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

Cel kształcenia:	Opanowanie wiedzy i umiejętności wykonywania technik z zakresu masażu antycellulitowego z uwzględnieniem diagnostyki oraz algorytmu postępowania.
Treści programowe:	<p>Ćwiczenia:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teoretyczne podstawy masażu i ich rola w kosmetologii – rodzaje masażu : masaż leczniczy , sportowy , kosmetyczny , ogólny , częściowy , specjalny , klasyczny , mechaniczny 2h 2. –Wpływu masażu na ustrój, sposoby oddziaływania: bezpośredni- mechaniczne działanie na tkanki, wpływ pośredni -poprzez odruchy na centralny układ nerwowy , na skórę, mięśnie , układ krwionośny , układ oddechowy ,powieź, tkankę tłuszczową 2h 3. Techniki i metodyka wykonywania masażu liftingującego twarzy . Masaż kosmetyczny – twarz , szyja ,dekold 2h 4. Techniki i metodyka wykonywania masażu limfatycznego – kończyny dolne , brzuch , kończyny górne – masaż po zabiegu mastektomii 3h 5. Techniki i metodyka wykonywania masażu bańką chińską 2h 6. Techniki i metodyka wykonywania masażu stref łącznotkankowych – masaż powięziowy 2h 7. Techniki i metodyka wykonywania masażu pneumatycznego 1h 8. Techniki i metodyka wykonywania masażu antycellulitowego -techniki wykonywania masażu kończyny dolne 2h 9. Techniki i metodyka wykonywania masażu antycellulitowego -techniki wykonywania masażu kończyny górne 2h 10. Techniki i metodyka wykonywania masażu przyrządowego : masażery , wałek wieloigłowy , IASTM 2h 11. Techniki i metodyka wykonywania masażu trójwymiarowego DRaM – Drenaż , Relaks, Modelarz – techniki i zasady wykonywania masażu 2h 12. Techniki i metodyka wykonywania masażu u kobiet w ciąży i po ciąży – wskazania , przeciwwskazania 2h 13. Techniki i metodyka wykonywania masażu tkanek zmienionych – opracowanie blizny 2h 14. Techniki i metodyka wykonywania masażu relaksacyjnego 2h 15. Zabiegi fizykalne przyspieszające spalanie komórek tłuszczowych :masaż próżniowy , UD, elektrostymulacja , prądy Kotza 2h
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>Zajęcia praktyczne</p> <p>Praca w małych grupach, demonstracja, instruktaż, ćwiczenia utrwalające na współćwiczących .</p>
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Kolokwium pisemne: test z pytaniami zamkniętymi</p> <p>5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%</p> <p>4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92%</p> <p>4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84%</p> <p>3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76%</p> <p>3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%</p> <p>2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60%</p> <p>Zajęcia praktyczne</p> <p>Ocena umiejętności (K_UW06, UW01)</p> <p>5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie różne formy masażu antycellulitowego , techniki odpowiednio dobiera do wskazań</p> <p>4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie różne formy masażu antycellulitowego, techniki odpowiednio dobiera do wskazań, z niewielką pomocą prowadzącego</p>

	<p>4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać różne formy masażu antycellulitowego oraz dobrać odpowiednio do wskazań techniki z pomocą prowadzącego</p> <p>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</p> <p>3.0 – student uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać podstawowe techniki masażu z pomocą i korektą prowadzącego, przy czym popełnia drobne błędy, dobór technik nie jest w pełni prawidłowy i wymaga znacznej korekty</p> <p>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.</p> <p>Ocena końcowa: 50% oceny z kolokwium i 50% oceny z zajęć praktycznych.</p>
--	--

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) 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	Student posiada wiedzę teoretyczną i definiuje pojęcia w zakresie masażu antycellulitowego, zna diagnostykę stosowaną w masażu, zna metodykę masażu limfatycznego, przyrządowego, powięziowego, zna mechanizm działania, wskazania i przeciwwskazania wykonywania masażu antycellulitowego,	K_WG03	ćwiczenia	zaliczenie	Kolokwium pisemne
W1	potrafi rozpoznać reakcje fizjologiczne organizmu w trakcie stosowania technik masażu, zna prawne, organizacyjne i etyczne uwarunkowania wykonywania masażu.	K_WG02	ćwiczenia	zaliczenie	Kolokwium pisemne
U1	posiada umiejętności manualne niezbędne do wykonywania technik masażu limfatycznego, umie przeprowadzić diagnostykę; dobiera właściwe siłę bodźca, potrafi wykonać masaż zgodnie z algorytmem postępowania.	K_UW01 K_UW06	Zajęcia praktyczne	zaliczenie	Zaliczenie praktyczne
U2	Student wykonuje samodzielnie masaż profilaktyczny jak i kosmetyczny, zna techniki i metodykę masażu liftingującego twarzy; masażu relaksacyjnego; zna działanie aparatury pomocniczej, jej zastosowanie oraz metodykę wykonywania masażu aparaturowego; zna metody oceny stanu zdrowia oraz objawy i przyczyny zaburzeń funkcjonalnych.	K_UW06 K_WG05	Zajęcia praktyczne	zaliczenie	Zaliczenie praktyczne
K1	Student potrafi ocenić stan zdrowotny pacjenta oraz dostosować techniki masażu do potrzeb klienta; okazuje szacunek wobec klienta,	K_WG03	Zajęcia praktyczne	zaliczenie	Zaliczenie praktyczne
Stopień osiągnięcia kierunkowych efektów uczenia się:					

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe
<p>Podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zborowski A. — Drenaz limfatyczny, Kraków, 2000, Wyd. AZ 2. Magiera L., Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej, BIO-STYL, Kraków 2007. 3. Magiera L., Relaksacyjny masaż leczniczy, BIO-STYL, Kraków 2006.

4. J. Majdak, Masaż bańkami, Cabines, 2008 (nr 12).
5. Mehta K. i N., Masaż liftingujący twarzy, KLUB DLA CIEBIE, Warszawa 2006.

Uzupełniająca:

1. Kuan Hin, Chiński masaż leczniczy, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, W-wa 2003.
2. Kasperczyk T., Magiera L., Mucha D., Walaszek R. — Masaz z elementami, Kraków, 2006, Wyd. Rehmed
3. Peters I. B., Kosmetyka, REA, Warszawa 2002.
4. L. Rapetti, Masaż antystresowy, Cabines, 2008 (27)
5. Masaż Ajurwedyjski Abhyanga, Nouvelles Esthetiques, 2007 (4/2007).
6. Masaż twarzy 3D, Les Nouvelles Esthetiques, 2007 (2/2008).
7. Trójwymiarowy masaż antycellulitowy, Les Nouvelles Esthetiques, 2007 (2/2008).
8. Foldi M, Strobenreuther R. – Podstawy manualnego drenażu limfatycznego, Wrocław 2010 Urban i Parker.
9. Mucha D. — Drenaz limfatyczny, Radom, 2010, Politechnika Radomska

Nakład 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	[0]
Samodzielne studiowanie tematyki ... <i>wykładów</i>	X	[10]	X
Udział w <i>ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych</i>	X	X	[30]
Samodzielne przygotowanie się do <i>ćwiczeń</i>	X	[20]	X
Udział w konsultacjach	[0]	X	X
Przygotowanie do <i>zaliczenia / egzaminu</i>	X	[5]	X
Udział w <i>egzaminie / zaliczeniu</i>	... [2]	X	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	... [h]/ ... ECTS	... [h]/...ECTS	[45]/ 2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi

Sprzęt potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów kształcenia : stoły do masażu , wałki wieloigłowe do masażu antycellulitowego duże i małe , bańki chińskie , narzędzia IASTM do terapii tkankowej , bańki silikonowe do masażu twarzy i ciała, masażery do ciała , urządzenie do masażu pneumatycznego BOA.