

Karta Opisu Przedmiotu

Kierunek studiów	Turystyka i rekreacja
Profil kształcenia	Ogólnoakademicki
Poziom studiów	Studia drugiego stopnia
Specjalność	Odnowa biologiczna
Forma studiów	Studia stacjonarne
Semestr studiów	III

Nazwa przedmiotu		Masaż w odnowie biologicznej			Nauki podst. (T/N)		N		
Subject Title		Massage in biological regeneration							
ECTS (pkt.)				Tryb zaliczenia przedmiotu			Kod przedmiotu		
Całk.		2		Kont.		1,2		Prakt.	
				Zaliczenie na ocenę			TOB028		
Wymagania wstępne w zakresie przedmiotu		Nazwy przedmiotów		Anatomia z biomechaniką					
		Wiedza		1. 2. ...					
		Umiejętności		1. 2. ...					
		Kompetencje społeczne		1. 2. ...					
Program przedmiotu									

Forma zajęć	L. godz. zajęć w sem.		Prowadzący zajęcia (tytuł/stopień naukowy, imię i nazwisko)
	Całkowita	Kontaktowa	
Wykład			
Ćwiczenia	60	30	dr Monika Błaszczyszyn
Laboratorium			
Projekt			
Seminarium			

Treści kształcenia			
Ćwiczenia		Sposób realizacji	ćwiczenia w pracowni masażu
Lp.	Tematyka zajęć		Liczba godzin
1.	Cele i zadania masażu.		2
2.	Dawkowanie siły bodźca w masażu.		2
3.	Organizacja gabinetu do masażu.		2
4.	Metodyka wykonywania podstawowych technik w masażu klasycznym.		3
5.	Metodyka wykonywania masażu kończyny górnej.		2
6.	Metodyka wykonywania masażu kończyny dolnej.		2
7.	Metodyka masażu grzbietu.		4
8.	Metodyka masażu brzucha i klatki piersiowej.		2
9.	Metodyka masażu twarzy.		2
10.	Metodyka wybranych rodzajów masażu.		2
11.	Teoria i metodyka masażu sportowego.		4
12.	Metodyka całościowego masażu relaksacyjnego.		3
13.			
14.			
15.			
L. godz. pracy własnej studenta		30	L. godz. kontaktowych w sem.
			30
Sposoby sprawdzenia zamierzonych efektów kształcenia		kolokwium pisemne, zaliczenie praktyczne	

Efekty kształcenia dla przedmiotu - po zakończonym cyklu kształcenia	Wiedza	<p>Zna środki, metody i zasady stosowane w masażu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. klasycznym - K_WOB03 2. Wyjaśnia leczniczy i profilaktyczny wpływ masażu na organizm człowieka - K_WOB04 3. <p>...</p>
	Umiejętności	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posiada umiejętności stosowania poszczególnych odmian masażu w odnowie biologicznej - K_UOB01 Potrafi wykorzystać podstawową wiedzę teoretyczną z zakresu masażu w celu organizowania programów zdrowotnych oraz samodzielnego programowania odnowy biologicznej - K_UOB02 2. Potrafi wykorzystać zdobytą wiedzę i umiejętności w celu rozwiązania konkretnego problemu w obszarze odnowy biologicznej - K_UOB04 <p>...</p>
	Kompetencje społeczne	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pogłębia wiedzę i doskonali umiejętności zawodowe - K_KOB01 Potrafi kierować pracą zespołu. Odpowiedzialnie przygotowuje się do swojej pracy - K_KOB02 2. Prawidłowo identyfikuje i rozstrzyga problemy w wykonywanym zawodzie oraz potrafi przewidywać wielokierunkowe skutki społeczne swojej działalności - K_KOB03 3. Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo <p>... własne i podopiecznych - K_KOB04</p>

Metody dydaktyczne:

prezentacja multimedialna, pokaz, studium przypadku

Forma i warunki zaliczenia przedmiotu:

kolokwium pisemne, zaliczenie praktyczne poszczególnych technik masażu

Literatura podstawowa:

[1] Magiera L., Walaszek R. "Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej". Kraków 2007.

Magiera L., Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej: kosmetyczny, limfatyczny, na cztery ręce,

[2] gorącymi kamieniami, stemplami ziołowymi. Bio-Styl, Kraków 2007.

[3] Magiera L., Historia masażu w zarysie: Bio-Styl, Kraków 2007.

[4]

[5]

[6]

[7]

[8]

Literatura uzupełniająca:

[1] Straburzyńska-Lupa A., Straburzyński G. "Fizjoterapia". Warszawa 2007.

[2] Govindan S. V., Ajurwedyjski masaż leczniczy. Kraków : A-ti information services, Kraków 2010.

Kavanagh W., Podstawy masażu : sposób na odprężenie i dobre zdrowie, tł. Anna Marcinkowska.

[3] Hachette Livre Polska - Sp., Warszawa 2005.

[4] Magiera L., Historia masażu w zarysie: Bio-Styl, Kraków 2007.

Magiera L., Relaksacyjny masaż leczniczy : aromaterapeutyczny, energetyzujący, rytmiczny,
[5] synchroniczny. Bio-Styl, Kraków 2003.

[6]

[7]

* niewłaściwe przekreślić

.....
(kierownik jednostki organizacyjnej/bezpośredni przełożony:
pieczęć/podpis

.....
(Dziekan Wydziału
pieczęć/podpis)