

KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów: Kosmetologia
Forma studiów: niestacjonarne
Stopień studiów: magisterskie
Rok akademicki: 2024/2025

MASAŻ	
NAZWA PRZEDMIOTU	Masaż
LICZBA PUNKTÓW ECTS	3
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
PROWADZĄCY	dr Sławomir Koziół
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	dr Sławomir Koziół
LICZBA GODZIN	
WYKŁADY	5
ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	15
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1	Zapoznanie studenta z technikami masażu klasycznego
CEL 2	Zapoznanie studenta z podstawowymi zasadami stosowania masażu oraz wskazaniami i przeciwwskazaniami do zabiegów
CEL 3	Zapoznanie studenta z wybranymi rodzajami masażu
EFEKTY UCZENIA SIĘ	
MW1	Wiedza: Student zna i rozumie mechanizmy działania oraz możliwe skutki uboczne zabiegów masażu klasycznego.
MW2	Wiedza: Student zna teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy masażu.
MU1	Umiejętności: Student potrafi zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu masażu.
MU2	Umiejętności: Student posiada zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na wykonanie technik masażu.
WYMAGANIA WSTĘPNE	
Znajomość anatomii układu kostno-mięśniowego, fizjologii	
TREŚCI PROGRAMOWE	SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH

MASAŻ

WYKŁADY 1	Rys historyczny masażu klasycznego. Cele i zadania masażu klasycznego. Higiena terapeuty i pacjenta. Organizacja pracy i warunki pracy masującego. Pozycje ułożeniowe masowanego. Środki wspomagające masaż. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu.
WYKŁADY 2	Omówienie metodyki poszczególnych technik masażu klasycznego. Wpływ masażu na tkanki i poszczególne układy. Podstawy stosowania masażu klasycznego w różnych jednostkach chorobowych. Cele, zadania i zalety automasażu. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu klasycznego. Masaż segmentarny: Kolejność postępowania i kierunki wykonywania masażu segmentarnego. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu segmentarnego
WYKŁADY 3	Zasady stosowania drenażu limfatycznego Działanie ogólne i miejscowe drenażu limfatycznego. Wskazania i przeciwwskazania do drenażu limfatycznego. Cel i zadania masażu sportowego. Zasady i warunki stosowania masażu sportowego. Wpływ klasycznego masażu sportowego na organizm. Mechanizm działania masażu sportowego. Rodzaje masażu sportowego
WYKŁADY 4	Cel i zadania masażu relaksacyjnego. Zasady i warunki stosowania masażu relaksacyjnego. Wpływ klasycznego masażu relaksacyjnego na organizm
WYKŁADY 5	Masaż przyrządowy – rodzaje i sposoby wykonania Masaż w środowisku wodnym – rodzaje i sposoby wykonania. Wskazania i przeciwwskazania
ĆWICZENIE 1	Masaż klasyczny kończyn górnych
ĆWICZENIE 2	Masaż klasyczny kończyn dolnych
ĆWICZENIE 3	Masaż klasyczny tułowia
ĆWICZENIE 4	Masaż limfatyczny kończyn górnych
ĆWICZENIE 5	Masaż limfatyczny kończyn dolnych
ĆWICZENIE 6	Masaż limfatyczny tułowia
ĆWICZENIE 7	Masaż izometryczny
ĆWICZENIE 8	Masaż przyrządowy na przykładzie masażu wibracyjnego
ĆWICZENIE 9	Masaż przyrządowy na przykładzie masażu wibracyjnego
ĆWICZENIE 10	Masaż relaksacyjny całego ciała
ĆWICZENIE 11	Masaż relaksacyjny całego ciała
ĆWICZENIE 12	Masaż w wybranych jednostkach chorobowych
ĆWICZENIE 13	Masaż w wybranych jednostkach chorobowych
ĆWICZENIE 14	Utrwalenie poszczególnych rodzajów masażu

MASAŻ	
ĆWICZENIE 15	Powtórzenie wiadomości
METODY DYDAKTYCZNE	
M1	Wykłady
M2	Praca w grupach
M3	Zajęcia praktyczne
NAKŁAD PRACY STUDENTA	
GODZINY KONTAKTOWE z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM	Godziny wynikające z planu studiów 20
	Konsultacje przedmiotowe 3
	Egzaminy i zaliczenia w sesji 2
GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO	Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury 50
	Opracowanie wyników 0
	Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU	75
REGULAMIN ZAJĘĆ i WARUNKI ZALICZENIA	
<p>1. w ramach ćwiczeń dopuszczana jest jedna nieobecność niezależnie od przyczyny. w przypadku większej liczby nieobecności - należy zrealizować zajęcia w innym terminie z inną grupą ćwiczeniową</p> <p>2 Warunkiem dopuszczenia do zaliczenia konwersatoriów jest uzyskanie zaliczenia ćwiczeń</p> <p>3 Student formalnie otrzymuje ocenę z ćwiczeń w zakresie umiejętności i kompetencji społecznych oraz ocenę konwersatoriów w zakresie wiedzy</p>	
METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW	
W ZAKRESIE WIEDZY	Kolokwium teoretyczne
W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI	Egzamin praktyczny – demonstracja umiejętności wykonania zabiegów masażu
W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH	Praca w grupach
SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE	Kolokwium pisemne

MASAŻ	
SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄC E (I i II termin)	Termin I: egzamin pisemny – test jednokrotnego wyboru, pytania zamknięte Termin II: egzamin pisemny – test jednokrotnego wyboru, pytania zamknięte
KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA z OCENĄ	
NA OCENĘ 3,0	Student uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać podstawowe techniki masażu z pomocą i korektą prowadzącego, przy czym popełnia drobne błędy
NA OCENĘ 3,5	Student uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać masaż z pomocą i korektą prowadzącego
NA OCENĘ 4,0	Student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać masaż z pomocą prowadzącego
NA OCENĘ 4,5	Student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie każdy rodzaj masażu z niewielką pomocą prowadzącego
NA OCENĘ 5,0	Student potrafi zaprezentować wszystkie rodzaje oraz techniki masażu, opisać wpływ technik masażu na pacjenta oraz zaplanować pracę z pacjentem w oparciu o techniki masażu. Student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest w stanie wykonać samodzielnie każdy rodzaj masażu
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
1. Adam Zborowski — Masaż klasyczny, Kraków, 2009, AZ 2. Leszek Magiera — Klasyczny masaż leczniczy, Kraków, 2006, Bio-Styl	
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	
1 Zygmunt Prochowicz — Podstawy masażu leczniczego, Warszawa, 2013, PZWL	