

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

Filia w Gorzowie Wielkopolskim

Kierunek: Fizjoterapia

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **PRZEDMIOT DO WYBORU – WELLNESS I SPA**

Kod przedmiotu: **ZWKF_FT_J_W_G.14_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Fizjoterapii**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

mgr Julia Sterkowicz

Osoby prowadzące przedmiot:

1. mgr Julia Sterkowicz

Data opracowania: **29.09.2023 r.**

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia jednolite magisterskie			
Profil	praktyczny			
Specjalność	–			
Rok studiów / semestr	rok 2, semestr 3			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		30		
Liczba punktów ECTS	0			

2. Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie się z zabiegami z zakresu Wellness i SPA. Podstawy stosowania zabiegów oraz wpływ na organizm ludzki.
C2	Nabycie praktycznych umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu wykonywania masaży w ramach Wellness i SPA.

3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

– brak.

4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7)
EK1	zna i rozumie teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej oraz zna wskazania i przeciwwskazania do stosowania tych zabiegów	C.W9 C.W10	P7S_WG
EK2	posiada umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu medycyny fizykalnej; uwzględnia i wykorzystuje formy leczenia uzdrowiskowego w programowaniu fizjoterapii	C.U9 C.U11 C.U12	P7S_UW

5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Wellness – podstawowe pojęcia i definicje.	2
ĆW2	SPA – podstawowe pojęcia i definicje.	2
ĆW3	SPA – kąpiele wodne , wodne specjalne oraz solanki.	2

ĆW4	SPA – kąpiele w specjalnym środowisku. Peloidoterapia.	2
ĆW5	Masaż stosowany w odnowie biologicznej.	2
ĆW6	Poczucie ciała – ćwiczenia.	2
ĆW7	Trening uważności – Mindfulness.	2
ĆW8	Edukacja somatyczna – metoda Feldenkreisa.	2
ĆW9	Test z zakresu odnowy biologicznej.	2
ĆW10	Masaż relaksacyjny.	2
ĆW11	Masaż stemplami ziołowymi.	2
ĆW12	Masaż gorącymi kamieniami.	2
ĆW13	Masaż kosmetyczny twarzy.	2
ĆW14	Masaż bańką chińską.	2
ĆW15	TEST zaliczeniowy z zakresu zabiegów na ciało.	2
Razem		30

6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład multimedialny.
M2	Praca w zespołach w oparciu o przygotowane karty pracy z ćwiczeń.
M3	Praca indywidualna w oparciu o przygotowane karty pracy z ćwiczeń.
M4	Opis, objaśnienie i pokaz zabiegu masażu z zakresu Wellness i SPA.

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	30
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	4
Przygotowanie kart pracy	9
Przygotowanie do zaliczenia	7
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	50
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Zaangażowanie podczas ćwiczeń – karty pracy.
----	--

F2	Praktyczne wykonanie zabiegów na ciało.
----	---

b. Ocena podsumowująca

P1	Test z zagadnień Wellness & Spa.
P2	Test z zagadnień Zabiegi na ciało.

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów;
- pozytywna ocena z zaliczenia.

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Nie posiada wiedzy z zakresu specjalnych metod fizjoterapii oraz metod oraz specyfiki leczenia uzdrowiskowego.
na ocenę 3	Posiada podstawową wiedzę z zakresu specjalnych metod fizjoterapii oraz metod oraz specyfiki leczenia uzdrowiskowego.
na ocenę 4	Posiada wystarczającą wiedzę z zakresu specjalnych metod fizjoterapii oraz metod oraz specyfiki leczenia uzdrowiskowego.
na ocenę 5	Prezentuje pogłębioną wiedzę z zakresu specjalnych metod fizjoterapii oraz metod oraz specyfiki leczenia uzdrowiskowego.
Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Nie posiada umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu medycyny fizykalnej.
na ocenę 3	Posiada podstawowe umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu medycyny fizykalnej. Z pomocą nauczyciela omawia i wykonuje wybrany zabieg na ciało.
na ocenę 4	Posiada wystarczające umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu medycyny fizykalnej. Samodzielnie, z niewielkimi uwagami prowadzącego omawia i wykonuje wybrany zabieg na ciało.
na ocenę 5	Posiada pogłębione umiejętności wykonywania zabiegów z zakresu medycyny fizykalnej. Bezbłędnie i swobodnie omawia i wykonuje wybrany zabieg na ciało.

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	C.W9, C.W10	C1	ĆW1–ĆW9	M1, M2, M3	F1, P1, P2
EK2	C.U9, C.U11 C.U12	C2	ĆW10–ĆW14	M2, M3, M4	F1, F2

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Magiera L, <i>Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej</i> , BIO-STYL, Kraków 2007.
2.	Magiera L, <i>Masaż orientalny</i> , BIO-STYL, Kraków 2007.
3.	Kochański J.W <i>Medycyna fizykalna</i> , PHU Technomex, Gliwice 2009.

b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Drygas B, Mrozowska M, <i>Ciało, dłonie, stopy. Kosmetyka pielęgnacyjna i upiększająca</i> , Nowa Era, Warszawa 2015.
2.	Sieroń A, Stanek A, <i>Wellness, SPA, Anti-aging</i> , PZWL, Warszawa 2014.

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)