

[3ZSTZS/KII]Techniki SPA

1. Ogólne informacje o module

Nazwa modułu	TECHNIKI SPA
Kod modułu	3ZSTZS/KII
Nazwa jednostki prowadzącej moduł	WYDZIAŁ OCHRONY ZDROWIA
Nazwa kierunku studiów	KOSMETOLOGIA DRUGI STOPIEŃ
Forma studiów	STACJONARNE I NIESTACJONARNE
Profil kształcenia	PRAKTYCZNY
Semestr	IV
Status modułu	SPECJALNOŚCIOWY
Język modułu	POLSKI

2. Cele modułu:

C1	Zapoznanie studentów i wykorzystanie na zajęciach specjalistycznych technik masażu oraz stosowanie konkretnej metody, wykorzystujących bezpośredni wpływ na ciało i pośredni na stan emocjonalny, w celu rozluźnienia napiętych mięśni, uspokojenia, odprężenia oraz rewitalizacji.
C2	Zapoznanie z różnymi technikami relaksu.
C3	Wykształcenie umiejętności wykonania i pracy zgodnie z zastosowaniem masażu.

3. Wymagania wstępne:

Znajomość zasadniczych struktur ludzkiego ciała oraz ich lokalizacji; rozumienie zależności pomiędzy budową a funkcją narządów organizmu ludzkiego. Znajomość budowy i organizacji układu ruchu.

4. Efekty kształcenia:

Student po zakończeniu modułu:		Odniesienie do efektów dla programu
EK_01	Charakteryzuje techniki masażu i ich oddziaływanie na organizm człowieka.	K_W02+++ K_W17+++
EK_02	Dobiera techniki wykorzystywane w masażach kosmetycznych w stosunku do różnego rodzaju skóry i tkanki podskórnej i wykonuje zabieg z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań.	K_U04+++ K_U08++ K_U15+++ K_U25+++

EK_03	Przygotowuje stanowisko pracy w celu uzyskania optymalnego komfortu (relaksu) jednostki, oraz w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia.	K_K06+++ K_K08+++
EK_04	Posługuje się różnorodną gamą sprzętu do masażu.	K_W22++ K_U18++ K_U19+++

5. Treści programowe:

WYKŁADY	
W1	Techniki relaksacyjne: relaksacja mięśni Jacobsona, muzykoterapia, chromoterapia, aktywny oddech. Termoterapia.
W2	Hormonalne uwarunkowania aktywności fizycznej ukierunkowanej na redukowanie stresu.
ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	
ZP1	Nauka masażu stemplami - przygotowanie mieszanki do stempli, samodzielne wykonanie stempla i praca na ciele odpowiednimi technikami, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania.
ZP2	Nauka masażu bańką chińską na poszczególnych częściach ciała, sposoby oczyszczania baniek do wielokrotnego użycia, sposoby przykładania i zdejmowania z ciała, podstawowe wskazania i przeciwwskazania.
ZP3	Nauka masażu pałeczkami bambusowymi, przygotowanie do zabiegu, higiena i konserwacja sprzętu. Techniki stosowane w masażu pałeczkami bambusowymi.
ZP4	Nauka masażu czekoladą i miodem, odpowiednie przygotowanie masy do masażu, wskazania i przeciwwskazania.
ZP5	Nauka masażu kamieniami: techniki głaskania, rozcierania i układania gorących kamieni na poszczególnych częściach ciała. Praca z gorącymi kamieniami w sposób bezpieczny.
ZP6	Masaż prenatalny.
ZP7	Masaż limfatyczny twarzy.
ZP8	Masaż relaksacyjny, głowy, karku, dekoltu.
ZP9	Zabiegi aromaterapeutyczne. Rytuały.
ZP10	Nowoczesne zabiegi fizykoterapeutyczne - właściwy dobór, zaplanowanie i nauka świadomego przeprowadzenia zabiegów relaksacyjnych i obsługi nowoczesnych urządzeń wykorzystywanych w procesach odnowy biologicznej.

6. Metody dydaktyczne:

M1	wykład
M2	instruktaż

M3	pokaz
M4	dyskusja
M5	zajęcia praktyczne z wykorzystaniem metody sytuacji rzeczywistej

7. Narzędzia dydaktyczne:

N1	sprzęt fizjoterapeutyczny
N2	środki kosmetyczne i higieniczne
N3	prezentacja multimedialna

8. Weryfikacja efektów kształcenia

Efekt kształcenia	Cele modułu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposób oceny
EK_01	C1, C2	W1-W2, ZP1-ZP10	M1-M5	referat egzamin
EK_02	C1-C3	W1-W2, ZP1-ZP10	M1-M5	kolokwium praktyczne - karta oceny egzamin
EK_03	C3	ZP1-ZP10	M2-M5	kolokwium praktyczne - karta oceny
EK_04	C2, C3	ZP1-ZP10	M2- M5	kolokwium praktyczne - karta oceny

9. Forma i warunki zaliczenia

Moduł kończy się egzaminem (pytania otwarte, zamknięte, zadania). Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest uzyskanie pozytywnej oceny z zajęć praktycznych. Ocena pozytywna oparta jest na konieczności zaliczenia kolokwium praktycznego (obserwacja pracy studenta podczas poszczególnych zadań, karty ocen) oraz referatu.

10. Formy oceny - szczegóły

ocena/efekt	EK_01
NDST (2,0)	Student nie spełnia wymagań określonych na ocenę dostateczną.
DST (3,0) DST+ (3,5)	Student potrafi poprawnie wymienić mechanizmy oddziaływania masaży na organizm człowieka, charakteryzuje niektóre techniki. 60 - 70% pkt DST, 71 - 75% pkt DST+.
DB (4,0) DB+ (4,5)	Student potrafi poprawnie wymienić i opisać mechanizmy oddziaływania różnych masaży na organizm człowieka, charakteryzuje ich techniki. 76 - 86% pkt DB, 87 - 92% pkt DB+.

BDB (5,0)	Student potrafi poprawnie wymienić i opisać mechanizmy oddziaływania wszystkich poznanych masażu na organizm człowieka oraz różnicować ich siłę i konsekwencje. 93 - 100% pkt BDB.
EK_02	
NDST (2,0)	Student nie potrafi dobrać techniki zabiegowej do występującego problemu.
DST (3,0) DST+ (3,5)	Student poprawnie dobiera technikę zabiegową do występującego problemu z uwzględnieniem podstawowych przeciwwskazań, jednak nie uzasadnia swojego wyboru, a udzielane porady są pozbawione wytłumaczenia istoty problemu. 60 - 70% pkt DST, 71 - 75% pkt DST+.
DB (4,0) DB+ (4,5)	Student poprawnie dobiera technikę zabiegową do występującego problemu z uwzględnieniem podstawowych przeciwwskazań, ale w niepełny sposób potrafi uzasadnić swój wybór, a udzielane porady zaledwie ogólnikowo wyjaśniają istotę problemu. 76 - 86% pkt DB, 87 - 92% pkt DB+.
BDB (5,0)	Student poprawnie dobiera technikę zabiegową do wybranego problemu z uwzględnieniem wszystkich przeciwwskazań i szeroko uzasadnia swoją decyzję, a udzielane porady szczegółowo wyjaśniają istotę problemu. 93 - 100% pkt BDB.
EK_03, EK_04	
NDST (2,0)	Student nie potrafi wykonać zadania i zorganizować stanowiska pracy.
DST (3,0) DST+ (3,5)	Student właściwie organizuje stanowisko pracy, bezpiecznie posługuje się sprzętem oraz poprawnie wykonuje zadanie. +kryteria kolokwium praktycznego.
DB (4,0) DB+ (4,5)	Student poprawnie organizuje stanowisko pracy stosując zasady ergonomii pracy, dobiera i wykonuje odpowiednie techniki masażu, nawiązując bardzo dobry kontakt z klientką/em, bezpiecznie posługuje się sprzętem, wykonuje zadanie poprawnie w określonych ramach czasowych, podejmuje próby rozwiązania standardowych problemów. +kryteria kolokwium praktycznego.
BDB (5,0)	Student poprawnie organizuje stanowisko pracy stosując zasady ergonomii pracy, dobiera i wykonuje odpowiednie techniki masażu oraz modyfikuje poszczególne elementy w zależności od zmieniających się potrzeb, bezpiecznie posługuje się sprzętem, wykonuje zadania wzorowo w określonych ramach czasowych, proponuje własne rozwiązania w sposób nietypowy i kreatywny. +kryteria kolokwium praktycznego.

11. Literatura zalecana

<i>Literatura podstawowa</i>	Kasprzak W.: <i>Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA</i> . Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2017.
	Kasprzak W., Mańkowska A.: <i>Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej</i> . Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2010.

	Magiera L., Walaszek R.: <i>Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej</i> . Kraków: BIOSPORT, 2014.
	<i>Wellness, Spa, Anti-Aging</i> . Red. nauk. A. Sieroń, A. Stanek. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2014.
	Prochowicz Z.: <i>Podstawy masażu leczniczego</i> . Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2009.
Literatura uzupełniająca	Magiera L.: <i>Relaksacyjny masaż leczniczy. Aromaterapeutyczny, energetyzujący, rytmiczny, synchroniczny</i> . Kraków: Bio-Styl, 2008.
	Zborowski A.: <i>Masaż klasyczny</i> . Kraków: Wydawnictwo AZ, cop. 2008.
	<i>Fizykoterapia w praktyce. Praca zbiorowa</i> . Pod red. J. Taradaja, A. Sieronia, M. Jarzębskiego. Katowice: Wydawnictwo Elamed, 2010.
	Mikołajewska E.: <i>Fizykoterapia dla praktyków. Elementy fizjoterapii</i> . Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2011.
	Kassolik K., Andrzejewski W.: <i>Masaż tensegracyjny</i> . Wrocław: MedPharm, cop. 2014.
	Magiera L.: <i>Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej. Kosmetyczny, limfatyczny, na cztery ręce, gorącymi kamieniami, stemplami ziołowymi</i> . Kraków: Wydawnictwo Bio-Styl, 2007.

12. Bilans pracy studenta:

RODZAJ PRACY STUDENTA	FORMA STACJONARNA	FORMA NIESTACJONARNA
wykład	25	15
ćwiczenia/zajęcia praktyczne	60	36
ćwiczenia seminaryjne	0	0
przygotowanie do zajęć	25	40
w tym do ćwiczeń	15	25
studiowanie literatury	25	30
przygotowanie raportu/prezentacji	20	25
konsultacje	5	10
przygotowanie do zaliczenia/egzaminu	12	15
zaliczenie końcowe/egzamin	3	3
ŁĄCZNY NAKŁAD PRACY STUDENTA W GODZINACH	175	175
- W TYM GODZINY KONTAKTOWE	93	64
LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZEDMIOTU	7	7
W TYM ECTS KONTAKTOWE	3,7	2,6