

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH						
WYDZIAŁ FIZJOTERAPII						
KIERUNEK: ODNOWA BIOLOGICZNA						
PROFIL KSZTAŁCENIA: PRAKTYCZNY						
GRUPA ZAJĘĆ	C. GRUPA ZAJĘĆ PRAKTYCZNO - KIERUNKOWYCH (ZK)					
Moduł	1C. MODUŁ: Środki medyczno-biologiczne odnowy biologicznej					
Nazwa zajęć	Masaż w odnowie biologicznej					
Rodzaj zajęć	Obowiązkowe					
Koordynator zajęć/ email	dr H.Bujniewicz, mgr Agata Masłowska					
Treści programowe zajęć oparte na	dorobku naukowym pracowników AWF w Katowicach					Tak
Liczba godzin w poszczególnych semestrach i punkty ECTS	I ROK		II ROK		III ROK	
	sem. 1	sem. 2	sem. 3	sem. 4	sem. 5	sem. 6
Wykład (godz./ECTS)		13/0,5				
Ćwiczenia (godz./ECTS)		39/1,5	39/1,5			
Praca własna (godz./ECTS)		26/1	13/0,5			
OCENA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	Zaliczenie na OCENĘ.					
CELE ZAJĘĆ	C1. Przygotowanie studenta do wykonywania masażu w oparciu o wiedzę anatomii i fizjologii organizmu człowieka. C2. Przygotowanie studenta do prawidłowego wykonania masażu C3. W zakresie kompetencji społecznych student jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.					
EFEKTY UCZENIA SIĘ	KOD EFEKTU, TREŚĆ EFEKTU					
Wiedza – efekty wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_W16 Zna teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy masażu w programie odnowy biologicznej. K_W17 Zna wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń, specjalnych metod odnowy biologicznej oraz masażu.					
Wiedza – efekty NIE wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna						
Umiejętności – efekty wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_U15 Potrafi zaplanować, dobrać i wykonać różnego rodzaju masaż w programie odnowy biologicznej w zależności od wieku i aktywności fizycznej człowieka oraz indywidualnych uwarunkowań klienta, sportowca.					
Umiejętności – efekty NIE wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna						
Kompetencje społeczne wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_K01 Jest świadomy konieczności posiadania wiedzy z wielu dyscyplin naukowych, pluralizmu teoretyczno-metodologicznego w nauce, wartości krytycznej oceny doniesień naukowych.					
WARUNKI WSTĘPNE	Anatomia układu mięśniowego, Anatomia układu kostnego i połączeń kostnych					
TEMATYKA ZAJĘĆ	<p>Semestr pierwszy:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie do tematyki semestru. Nauka chwytów głaskania i rozcierania. 2. Nauka chwytów ugniatania, wyciskania, oklepywania, wstrząsania i wibracji. 3. Doskonalenie chwytów masażu klasycznego. Opracowanie grzbietu. 4. Masaż kręgosłupa 5. Opracowanie karku 6. Opracowanie barku i ramienia 7. Opracowanie przedramienia i ręki 8. Opracowanie klatki piersiowej 9. Masaż powłok brzusznych 10. Opracowanie pośladka. Opracowanie mięśni uda. 11. Opracowanie podudzia i stopy 12. Masaż twarzy 13. Zaliczenie teoretyczne i praktyczne <p>Semestr drugi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie do tematyki semestru. Przypomnienie masażu wybranej części ciała z poprzedniego semestru. 2. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu całościowego. 3. Doskonalenie wykonywania masażu całościowego. 					

<ol style="list-style-type: none"> 4. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu gorącymi kamieniami. 5. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu czekoladą. 6. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu miodem. 7. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu centryfugalnego. 8. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu bańką chińską. 9. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu sportowego: treningowy i startowy. 10. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu sportowego: podtrzymujący i powysiłkowy. 11. Teoretyczne i praktyczne podstawy masażu lodem. 12. Praktyczne aspekty masażu izometrycznego w procesie odnowy biologicznej – część teoretyczna i praktyczna. 13. Podsumowanie procesu dydaktycznego. Zaliczenie. 	
LITERATURA PODSTAWOWA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Zborowski A., Masaż klasyczny., wyd. II, AZ, Kraków 1998 2. Masaż leczniczy podstawy anatomiczne i techniki. CLAY & POUNDS. David M. Pounds , Jerzy Walocha , Laura Allen; Edra Urban & 3. Partner; 2018 4. Magiera L.,: Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej. BIOSTYL. Kraków 2007. 5. Magiera L., Klasyczny masaż leczniczy. Automasaż., wyd. II, Bio-styl, Kraków 2008 6. Gieremek K.,Dec L.: Problematyka odnowy biologicznej w sporcie. AWF Katowice 1990. 2. 7. Gieremek K.,Dec L.: Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna w sporcie. AWF Katowice. Katowice 2000. 8. Janiszewski M.: Elementy odnowy biologicznej. PWN Łódź 1994. 4. Jethon Z.: Zmęczenie jako problem współczesnej cywilizacji. PZWL. Warszawa 1977. 	
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Podgórski T.: Masaż w rehabilitacji i sporcie Wydawnictwo AWF Warszawa 1989. 2. Śliwiński Z., Sieroń A., Stanek A., Szczegieliński J., Żak M., Wielka Fizjoterapia, Elsevier Urban & Partner, 2014; Tom I i II 3. Szyndera M.: Odnowa biologiczna. Podręcznik odnowy psychosomatycznej. Red. J. Fenczyn, T. Kasperczyk. PZWL. Warszawa 1996. 4. Brzozowski K.,Herzig M. : Odnowa biologiczna i psychiczna menadżerów sportu. Polska korporacja menadżerów sportu. Biblioteka menadżera sportu. Warszawa 2001. 5. Donatelli R. (red. wyd. polskiego: Gnat R.), Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2011. 6. Mc Mahon P. J. (red. wyd. polskiego: Klukowski K.), Medycyna Sportowa, PZWL, Warszawa 2010. 	
WYBRANE PUBLIKACJE NAUKOWE PRACOWNIKÓW AWF W KATOWICACH DOTYCZĄCE TEMATYKI PRZEDMIOTU	
METODY NAUCZANIA	wykłady, ćwiczenia
POMOCE NAUKOWE	
PROJEKTY	
METODY ZALICZENIA	Odpowiedź ustna. Sprawdzian umiejętności praktycznych. Realizacja zleconego zadania.
KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	<p>KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ: ZALICZENIE PRAKTYCZNE</p> <p>2,0 – Student nie potrafi wykonać zadań praktycznych. Nie opanował materiału programowego przedmiotu.</p> <p>3,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu podstawowym tylko według typowego, jednego schematu. Wykazuje nieliczne braki w wiedzy.</p> <p>3,5 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu podstawowym przeważnie według jednego schematu.</p> <p>4,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu zadawalającym. Wykazuje opanowanie wiedzy w stopniu dobrym, poprawnie rozumuje w kategoriach przyczynowo – skutkowych.</p> <p>4,5 – Student potrafi wykonać oceniane zadania praktyczne w stopniu zadawalającym oraz potrafi wskazać rozwiązania alternatywne. W stopniu ponad przeciętnym opanował materiał programowy.</p> <p>5,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu wybitnym oraz potrafi wskazać i wykonać rozwiązania alternatywne. W stopniu ponad przeciętnym opanował materiał programowy.</p> <p>KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ WIEDZA/ FORMA ZALICZENIA: USTNA</p> <p>2,0 – Student w wypowiedzi ustnej nie zna i nie rozumie problematyki przedmiotu.</p> <p>3,0 – Student w wypowiedzi ustnej wykazuje braki w opanowaniu wiedzy i rozumieniu problematyki przedmiotu, które jednak nie dyskwalifikują dalszej edukacji i mogą zostać usunięte.</p> <p>3,5 – Student w wypowiedzi ustnej wykazuje podstawowe opanowanie wiedzy i problematyki przedmiotu. Jest aktywny, podejmuje zadania dodatkowe.</p> <p>4,0 - Student w wypowiedzi ustnej wykazuje zadawalające opanowanie wiedzy i problematyki przedmiotu. Podejmuje dyskusję.</p> <p>4,5 – Student w wypowiedzi ustnej wykazuje ponad dobre opanowanie wiedzy i</p>

	problematyki przedmiotu. Przejawia postawę potrzeby pogłębiania wiedzy. 5,0 – Student w wypowiedzi ustnej umiejętnie wyciąga wnioski i konstruuje wyczerpującą wypowiedź w oparciu o ponad przeciętne opanowanie wiedzy i problematyki przedmiotu.
--	---

