

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa psychosomatyczna

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Masaż klasyczny i punktowy
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Point and Classical Massage
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ASOP4
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	5

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
5	15	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell opanowanie umiejętności wykonywania technik masażu klasycznego i punkowego

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 anatomia z biomechaniką, fizjologia pracy i wypoczynku, sprawność manualna, poprawna koordynacja ruchowa.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Definiuje pojęcia związane z wykonywaniem masażu klasycznego i punkowego, zna zasady i warunki wykonywania masażu, dobiera prawidłowe chwytty diagnostyczne i terapeutyczne masażu, zna ich kolejność, dobiera siłę bodźca i czas trwania zabiegu i odpowiednie ułożenie masowanego, objaśnia reakcje fizjologiczne występujące podczas masażu, wymienia wskazania, wylicza przeciwwskazania.
- EK2 Wiedza: Wykonuje prawidłowo masaż klasyczny wszystkich części ciała i masaż całościowy, przeprowadza masaż punktowy korzystając z recept punktowych i punktów samodzielnych, umie przeprowadzić diagnostykę poprzedzającą oba rodzaje masażu.
- EK3 Kompetencje społeczne: Wykazuje aktywną postawę w stosunku do masowanego, jest chętny do niesienia pomocy potrzebującym, dba o stan pacjenta i postępy wyników leczenia, postępuje zgodnie z kodeksem etycznym masażysty.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Mechanizm działania masażu klasycznego.	1
W2	Zasady i warunki obowiązujące przy wykonywaniu masażu klasycznego.	1
W3	Techniki masażu klasycznego.	1
W4	Wpływ masażu na organizm człowieka.	1
W5	Metodyka masażu poszczególnych części ciała.	1
W6	Masaż sportowy, izometryczny i stawowy.	1
W7	Masaż kosmetyczny.	1
W8	Teoretyczne podstawy masażu segmentarnego.	1
W9	Założenia filozoficzne teorii tradycyjnej medycyny chińskiej. Energia Qi i jej formy Yang i Yin. Teoria pięciu elementów.	1
W10	Meridiany główne (parzyste) i dodatkowe (nieparzyste). Charakterystyka meridian.	1
W11	Funkcje punktów.	1
W12	Diagnostyka.	1
W13	Recepty punktowe, wskazania i przeciwwskazania do masażu punkowego.	1
W14	Techniki i metodyka masażu punkowego. Technika tonizująca, technika sedatywna. Techniki mieszalne.	1
W15	Metody lokalizacji punktów biologicznie aktywnych. Zjawisko de-Qi.	1
	RAZEM	15

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Organizacja pracy masażysty, higiena masażu, przygotowanie pacjenta do masażu, pozycje ułożeniowe pacjenta, ogólne zasady stosowania masażu, tok zabiegu.	2
C2	Nauka i doskonalenie technik masażu klasycznego pokaz wykorzystania technik podczas masażu różnych części ciała. Środki ułatwiające i wspomagające masaż.	2
C3	Metodyka masażu klasycznego masaż kończyny górnej i mięśnia naramiennego omówienie, nauka, pokaz.	2
C4	Metodyka masażu klasycznego masaż kończyny dolnej i mięśnia pośladkowego wielkiego omówienie, nauka, pokaz.	2
C5	Powtórzenie masażu kończyny dolnej i mięśnia pośladkowego wielkiego oraz kończyny górnej wraz z mięśniem naramiennym doskonalenie techniki masażu.	2
C6	Metodyka masażu klasycznego masaż grzbietu w całości omówienie, pokaz i nauka.	2
C7	Powtórzenie masażu grzbietu doskonalenie masażu grzbietu, masażu mięśni przykręgosłupowych oraz masażu grzbietu jako całości.	2
C8	Metodyka masażu klasycznego masaż karku, brzucha, klatki piersiowej, głowy i szyi omówienie, pokaz, nauka.	2
C9	Metodyka masażu klasycznego masaż całościowy.	2
C10	Historia akupunktury i akupresury, podstawy filozofii medycyny chińskiej film. Energia Qi i jej formy Yang i Yin, meridiany główne i dodatkowe, punkty chińskie, metody lokalizacji punktów chińskich nauka na wybranych punktach.	2
C11	Systematyka meridian lokalizacja ważniejszych punktów z poszczególnych meridianów. Funkcje punktów omówienie i lokalizacja wybranych punktów samodzielnych. Punkty alarmowe przednie i tylne omówienie i lokalizacja.	2
C12	Podstawy diagnostyki metody diagnostyczne wykorzystywane w medycynie chińskiej omówienie, pokaz oraz ćwiczenia praktyczne. Techniki masażu punktowego metoda tonizująca omówienie i nauka na wybranych punktach i receptach punktowych; metoda sedatywna omówienie i nauka na wybranych punktach i receptach punktowych.	2
C13	Prawo pięciu elementów referat. Realizacja recept punktowych walka z bólem. Realizacja recept punktowych o charakterze profilaktycznym i przeciw zmęczeniu. Miksacja zabiegów masażu klasycznego z masażem punktowym.	2
C14	Inne formy oddziaływania na punktu chińskie akupunktura, termopunktura, elektropunktura, laseropunktura, terapia próżniowa omówienie, pokaz. Akupresura w nagłych wypadkach oraz zastosowanie akupresury w praktyce sportowej. Realizacja recept punktowych o charakterze mieszanym doskonalenie metod masażu punktowego.	2
C15	Sprawdzian zaliczeniowy z teorii i metodyki masażu klasycznego i punktowego.	2
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Wykłady
- M2 Ćwiczenia laboratoryjne
- M3 Dyskusja
- M4 Konsultacje
- M5 Praca z podręcznikiem
- M6 Zadania tablicowe



8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	30
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Ćwiczenie praktyczne
----	----------------------

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin ustny
----	---------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	zaliczenie praktyczne, egzamin końcowy
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	student zna teorię i praktykę masażu klasycznego w stopniu dostatecznym, umie wykonać masaż klasyczny na poszczególnych częściach ciała (60%)
NA OCENĘ 4	student zna teorię i praktykę masażu klasycznego w stopniu dobrym, umie wykonać masaż klasyczny na poszczególnych częściach ciała oraz masaż całego ciała (75%)
NA OCENĘ 5	student zna teorię i praktykę masażu klasycznego w stopniu bardzo dobrym, umie wykonać masaż klasyczny na poszczególnych częściach ciała, masaż całego ciała oraz umie zastosować masaż w podstawowych jednostkach chorobowych (pow. 75%)
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Posiada umiejętności techniczne, manualne i ruchowe związane ze studiowanym kierunkiem studiów na poziomie dostatecznym
NA OCENĘ 4	Posiada umiejętności techniczne, manualne i ruchowe związane ze studiowanym kierunkiem studiów na poziomie dobrym
NA OCENĘ 5	Posiada umiejętności techniczne, manualne i ruchowe związane ze studiowanym kierunkiem studiów na poziomie bardzo dobrym
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	dba o poziom sprawności fizycznej niezbędnej dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów na poziomie dostatecznym
NA OCENĘ 4	dodatkowo okazuje szacunek wobec pacjenta, klienta, grup społecznych oraz troskę o ich dobro



NA OCENĘ 5	dodatkowo realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, w tym przestrzega zasad bezpieczeństwa pracy
------------	---

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W02, K_W09, K_W12, K_U01, K_K03, K_K10, K_K08	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8 C9 C10 C11 C12 C13 C14 C15		F1 P1
EK2	K_W02, K_W09, K_W12, K_U01, K_K03, K_K10, K_K08	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8 C9 C10 C11 C12 C13 C14 C15		F1 P1
EK3	K_W02, K_W09, K_W12, K_U01, K_K03, K_K10, K_K08	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8 C9 C10 C11 C12 C13 C14 C15		F1 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Walaszek R.(red.) — *Masaż z elementami rehabilitacji.*, Kraków, 1999, Rehmed
- 2 Kasperczyk T. , Kmak S. — *Masaż punktowy i inne metody refleksoterapii.*, Kraków, 1995, Kasper
- 3 Magiera I., Walaszek R. — *Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej*, Kraków, 2003, Biosport

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Magiera L. — *Klasyczny masaż leczniczy*, Kraków, 2005, Bio-styl



12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

profesor Tadeusz Kasperczyk (kontakt: tadeusz.kasperczyk@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

profesor Tadeusz Kasperczyk (kontakt: tadeusz.kasperczyk@awf.krakow.pl)

mgr Agata Pluszyńska (kontakt: agata.pluszynska@awf.krakow.pl)

dr Robert Walaszek (kontakt: robert.walaszek@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....