

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2016/2017

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Zarządzanie Ośrodkami SPA

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Odnowa biologiczna i inne usługi SPA
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ANSP4
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	—
3	10	10	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell1 Nabycie niezbędnej wiedzy o stosowanych współcześnie zabiegach odnowy biologicznej oraz SPA w hotelach Spa,gabinetach odnowy biologicznej i Spa wraz z umiejętnością planowania i zastosowania zabiegów służących intensyfikacji wypoczynku,poprawy wyglądu oraz samopoczucia człowieka.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Znajomość anatomii człowieka,fizjologicznych podstaw odnowy biologicznej,w tym fizjologii pracy i wypoczynku,znajomość oddziaływania na organizm człowieka oraz zastosowania biomedycznych środków odnowy biologicznej.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Szczegółowa znajomość biochemicznych i fizjologicznych mechanizmów zmęczenia oraz restytucji i regeneracji organizmu człowieka.Zdefiniowanie zadań dla odnowy biologicznej poza sportem wyczynowym,ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji,sfery oddziaływań na samopoczucie oraz wygląd człowieka.Znajomość nowych kierunków rozwoju Spa z uwzględnieniem zasad i metodyki stosowania zabiegów Spa.
- EK2 Wiedza: Nabycie umiejętności identyfikacji potrzeb klientóww zakresie oddziaływania środków odnowy psychosomatycznej,Spa,z wykorzystaniem dostępnych środków.Projektowanie gabinetów i stanowisk dla odnowy biologicznej i Spa.
- EK3 Kompetencje społeczne: Potrafi zorganizować stanowisko pracy i świadomie wykonywać obowiązki z nim związane.Stosuje się do ogólnie obowiązujących w społeczeństwie zasad etycznych oraz norm właściwych dla swojej działalności.Jest odpowiedzialny w swojej pracy,dba o bezpieczeństwo klientów oraz własne.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Biochemiczne i fizjologiczne aspekty odnowy biologicznej.	2
W2	Spa-historia i rodzaje.	2
W3	Kierunki rozwoju usług Spa.Priorytety klientów Spa.Rodzaje zabiegów,oddziaływanie na organizm.	2
W4	Skóra,budowa,starzenie,czynniki środowiskowe i wewnętrzne,przyspieszające procesy starzenia.	2
W5	Kosmetologia w służbie Spa.Zastosowanie owoców i warzyw w kosmetologii i Spa.	2
	RAZEM	10

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Spa w hotelu-argumenty za i przeciw.	1
C2	Gabinety Spa w hotelach i innych obiektach.Specyfika oferowanych zabiegów,projektowanie i wyposażenie obiektów Spa.	1
C3	Mechanizmy starzenia organizmu,wpływ środowiska zewnętrznego oraz czynniki wewnętrzne,starzenia organizmu.	1
C4	Zmęczenie oraz niewłaściwie prowadzone procesy restytucyjne i regeneracyjne,jako przyczyny przyspieszonego starzenia.	1



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C5	Skóra-budowa,funkcje,właściwości.Starzenie skóry.Zabiegi przeciwstarzeniowe , poprawiające i korygujące stan skóry, ze szczególnym uwzględnieniem twarzy,szyji,dekoltu.	2
C6	Zabiegi kształtujące sylwetkę oraz korygujące wady i niedoskonałości ciała.	1
C7	Elementy kosmetologii oraz farmakologii.	1
C8	Urządzenia stosowane w gabinetach odnowy biologicznej i Spa.	1
C9	Specjalista odnowy biologicznej i Spa.	1
	RAZEM	10

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Ćwiczenia projektowe
- M2 Dyskusja
- M3 Prezentacje multimedialne
- M4 Wykłady
- M5 Projekty
- M6 Konsultacje
- M7 Praca w grupach

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	20
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	0
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
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	Referat
F2	Projekt zespołowy
F3	Ćwiczenie praktyczne

**OCENA PODSUMOWUJĄCA**

P1	Kolokwium
P2	Średnia ważona ocen formułujących

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Obecności na zajęciach, zaliczenie projektu zespołowego, pozytywna ocena z kolokwium końcowego
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-90% dobrych odpowiedzi.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-90% dobrych odpowiedzi.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywne zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium-90% dobrych odpowiedzi.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSODY OCENY
EK1	K_W01, K_W03	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 C2 C4 C5 C6 C7		F1 P1 P2
EK2	K_U04	Cel1	W1 W4 W5 C2 C4 C5 C6 C1 C3 C8 C9		F3 F2 P1
EK3	K_K01, K_K02, K_K07	Cel1	W1 W2 W3 W5 C2 C6 C1 C9		F3 F2 F1



11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Kasperczyk T., Fenczyn J. — *Podręcznik odnowy psychosomatycznej*, Warszawa, 1996, PZWL
- 2 Kasprzak W., Mańkowska A. — *Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA*, Warszawa, 2008, PZWL
- 3 Geremek K., Dec L. — *Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna*, Katowice, 2000, HM

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Szromek Andrzej — *Uzdrowiska i ich znaczenie w gospodarce turystycznej*, Kraków, 2010, Proksenia

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Mirosław Szyndera (kontakt: miroslaw.szyndera@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Mirosław Szyndera (kontakt: miroslaw.szyndera@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)

.....