

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Zarządzanie Ośrodkami SPA

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Odnowa biologiczna i inne usługi SPA
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Biological Regeneration and other SPA Services
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ASSP4
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
3	15	30	0	0	0

3 CELE PRZEDMIOTU

Cell Nabycie niezbędnej wiedzy o stosowanych współcześnie zabiegach odnowy biologicznej oraz spa w hotelach spa, innych obiektach 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 i biochemicznych 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 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 klientów w zakresie oddziaływania środków odnowy psychosomatycznej, spa wraz z umiejętnością wykorzystania dostępnych środków odnowy biologicznej i spa. 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.	4
W4	Skóra, budowa, starzenie, czynniki środowiskowe i wewnętrzne przyspieszające procesy starzenia.	4
W5	Kosmetologia w służbie spa. Zastosowanie owoców, warzyw i innych naturalnych substancji do wytwarzania produktów leczniczo-kosmetycznych stosowanych w spa.	3
	RAZEM	15

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Spa w hotelu. Aspekty medyczno-organizacyjno-ekonomiczne.	2
C2	Gabinety spa w hotelach i innych obiektach. Specyfika oferowanych zabiegów, projektowanie i wyposażenie obiektów spa.	2
C3	Zmęczenie oraz niewłaściwie prowadzone procesy restytucyjne i regeneracyjne, jako przyczyny przyspieszonego starzenia.	2
C4	Mechanizmy starzenia organizmu, wpływ środowiska zewnętrznego oraz czynniki wewnętrzne starzenia organizmu.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C5	Skóra-budowa,funkcje,właściwości skóry. starzenie skóry.Zabiegi przeciw starzeniowe,poprawiające i korygujące stan skóry,ze szczególnym uwzględnieniem twarzy,szyi i dekoltu.	4
C6	Zabiegi kształtujące sylwetkę i korygujące wady i niedoskonałości ciała.	4
C7	Kosmetyki,a leki.definicje,różnice.Nomenklatura stosowana przez wytwórców kosmetyków,składniki chemiczne kosmetyków.Wymagania dla producentów.Literatura i organizacje w branży kosmetycznej.	4
C8	Urządzenia stosowane w gabinetach odnowy i spa.	2
C9	Wykorzystanie wody w spa.Zabiegi - kąpiele,natryski. Wpływ bodźców zimna i ciepła na organizm oraz bodźców chemicznych.	2
C10	Promieniowanie w zakresie podczerwieni i nadfioletu,wpływ na organizm człowieka,metodyka stosowania,wskazania,przeciwwskazania.	2
C11	Procedury dezynfekcji odkażania w gabinetach odnowy biologicznej i spa. Środki dezynfekujące,mechanizm działania,zastosowanie.	2
C12	Dokumentacja w gabinetach odnowy biologicznej i spa,przewodzenie,przechowywanie,regulacje prawne.	2
	RAZEM	30

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	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	25
Opracowanie wyników	5
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	20
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, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 90% dobrych odpowiedzi.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 90% dobrych odpowiedzi.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 55% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 4	Obecności na zajęciach, pozytywnie zaliczenie projektu zespołowego oraz kolokwium - 75% dobrych odpowiedzi.
NA OCENĘ 5	Obecności na zajęciach, pozytywnie 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	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W01, K_W03	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 C2 C4 C5 C6 C7	M2 M3 M4 M6	F1 P1 P2
EK2	K_U04	Cel1	W1 W4 W5 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C8 C9	M1 M2 M4 M5 M6 M7	F2 F3 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK3	K_K01, K_K02, K_K07	Cel1	W1 W2 W3 W5 C1 C2 C6 C9	M1 M2 M5 M7	F1 F2 F3

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Kasperczyk T., Fenczyn J. — *Podrecznik 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, 2010, HM

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Szromek A. — *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)

.....
.....