

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU / MODUŁU

3

1. Nazwa przedmiotu:	Masaż sportowy				
2. Kod przedmiotu:	16,1				
3. Okres ważności karty:	ważna od roku akademickiego: 2015-2018				
4. Forma kształcenia:	studia pierwszego stopnia				
5. Forma studiów:	studia stacjonarne / studia niestacjonarne				
6. Kierunek studiów:	WYCHOWANIE FIZYCZNE				
7. Profil studiów:	praktyczny				
8. Specjalność:	Odnowa Biologiczna				
9. Semestr:	VI				
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej				
11. Prowadzący przedmiot:	dr Andrzej Samołyk, mgr Marek Jendrysek				
12. Grupa przedmiotów:	przedmioty specjalnościowe				
13. Status przedmiotu:	obowiązkowy				
14. Język prowadzenia zajęć:	polski				
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:					
znajomość anatomii człowieka, biologii człowieka, biochemii, biofizyki, biomechaniki człowieka, fizjologii człowieka, masażu klasycznego. Anatomia funkcjonalna, fizjologia – znajomość układu kostno - mięśniowego i układu nerwowego, budowa skóry, układu krwionośnego					
16. Cel przedmiotu:					
Celem nauczania przedmiotu jest zapoznanie studenta z teoretycznymi podstawami dotyczącymi aplikowania technik masażu sportowego. Student potrafi ułożyć sesję masażu sportowego dostosowaną do aktualnych potrzeb zawodnika (startowy, przedstartowy, rehabilitacyjny, podtrzymujący itd.)					
<ul style="list-style-type: none"> - zapoznanie się z technikami masażu sportowego, - zapoznanie się z zasadami i warunkami stosowania masażu sportowego, - zwrócenie uwagi na dobór technik masażu sportowego w zależności od dyscypliny, wieku, płci, budowy anatomicznej, cyklu treningowego - zwrócenie uwagi na dobór innych metod stanowiących uzupełnienie w masażu sportowym - zajęcia organizacyjne, podanie literatury, warunki zaliczenia przedmiotu, - techniki stosowane w masażu sportowym 					
17. Efekty kształcenia:					
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metoda realizacji efektu kształcenia	Metoda weryfikacji efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W	Zna elementarną terminologię używaną w naukach o zdrowiu i opisie procesów fizjologicznych związanych z masażem. Zna podstawowe zmiany czynnościowe zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu zależnie od jego charakteru i czasu trwania. Zna elementarną terminologię używaną w naukach o zdrowiu i kulturze fizycznej. Posiada ogólną znajomość budowy i funkcjonowania organizmu człowieka (anatomia	Odpytywanie i powtarzanie nabytych już wiadomości w tym zakresie podczas zajęć warsztatowych – specjalistycznych. Przełożenie teorii na praktykę. Powtarzanie nabytych wiadomości w tym zakresie na warsztatach poprzez	zaliczenie pisemne testu semestralnego obejmujące zarówno materiał ćwiczeń, jak i wykładów; wkład w dyskusję na tematy związane z problematyką analizy morfologicznej wynik osiągnięty w teście semestralnym, przygotowanie do zajęć (notatki),	wykład/ćwiczenia Audiowizualne, modele, plansze, atlasy	K_W01 (+++) K_W02 (+++)

	funkcjonalna, palpacyjna, fizjologia) Zna mechanizmy działania i skutki uboczne wybranych zabiegów fizycznych. Ma elementarną wiedzę z zakresu stosowania metod utrzymywania sprawności fizycznej w zakresie somatyczno-motoryczno-rozwoju i budowy własnego ciała.	odpytywanie i cząstkowych zaliczeń z zaznaczeniem w Karcie Zaliczeniowej. Kształtowanie poprzez wielokrotność powtórzeń działań umiejętności aż do perfekcji.	udział w ćwiczeniach praktycznych, aktywność w trakcie przebiegu zajęć Kolokwia pisemne i ustne Egzamin		
U	Potrąfi wykorzystać podstawową zdobytą wiedzę teoretyczną z zakresu masażu w ocenie zmian fizjologicznych zachodzących podczas i po zabiegu. Posiada elementarne umiejętności badawcze, które pozwalają mu na analizowanie wyników prostych badań funkcjonalnych i formułowanie wniosków oraz tworzenie sesji masażu klasycznego. Posiada wyjątkowe predyspozycje oraz umiejętności manualne. Tyczy się to wybranych jednostek. Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą	Powtarzanie z zakresu rozkładania i składania aparatury i sprzętu. Zadawanie prac domowych, egzekwowanie ich realizacji na ćwiczeniach, Na każdych ćwiczeniach ocena umiejętności praktycznych i wiedzy w danym zakresie.			K_U01 (+++) K_U02 (++)
K	Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie. Ma świadomość roli prawidłowych procesów fizjologicznych zachodzących w organizmie w czasie i po sesji masażu. Ma świadomość własnych ograniczeń i wie, że należy zwracać się do specjalistów i konsultować własną interpretację otrzymanych wyników. Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie, ma świadomość swych umiejętności i wiedzy, poprzez te czynniki rozumie konieczność ciągłego doksztalcania się w zawodzie oraz nieustannego rozwoju osobistego, m.in. poprzez podtrzymywanie własnej sprawności fizycznej. Posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności oraz wiedzy. Potrafi współpracować w grupie. Potrafi szerzyć zachowanie prozdrowotne.				K_K01 (+++) K_K02 (++) K_K03 (+++)
18. Formy i wymiar zajęć:		wykład ćwiczenia ST: 15 ST: 60 NST 15 NST: 60			
19. Treści kształcenia:					
Biologiczne podstawy masażu, warsztat pracy masażyisty, bhp pracy. Chwyty masażu klasycznego. Zasady masażu klasycznego, segmentowego, punktowego, limfatycznego, limfatycznego środowisku wodnym. Masaż przyrządowy – wskazania i przeciwwskazania. Podstawy masażu w kosmetyce i sporcie. Zasady masażu w profilaktyce rehabilitacji narządu ruchu. - Cele i zadania masażu sportowego					

<ul style="list-style-type: none"> - Zasady i warunki stosowania masażu sportowego - Metody uzupełniające w masażu sportowym - Techniki masażu sportowego stosowane w urazach sportowych, w wybranych dyscyplinach sportowych i cyklach treningowych 							
20. Egzamin:		zaliczenie z oceną, Egzamin					
21. Literatura podstawowa:							
<p>Magiera L., Walaszek R. (2008) <i>Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej</i>. Wydawnictwo Biosport, Kraków,</p> <p>Pawelec R., Szczuka E., Laber W. (2008) <i>Metodyka masażu w odnowie biologicznej</i>. : Agencja Usługowo-Handlowa "AGIW", Wrocław,</p> <p>Benjamin P., Lamp S. (2005) <i>Understanding Sports Massage 2nd Edition</i>. Human Kinetics,</p>							
22. Literatura uzupełniająca:							
<p>Zborowski A. (2008) <i>Masaż klasyczny</i>. Wydawnictwo AZ, Kraków</p> <p>Magiera L. (2007) <i>Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej</i> Wydawnictwo Bio-Styl, Kraków.</p> <p>Zborowski A. (2008) <i>Drenaż limfatyczny</i>. Wydawnictwo AZ, Kraków</p>							
23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:							
Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta					
		studia stacjonarne		studia niestacjonarne			
1	Wykład	15		15			
2	Ćwiczenia	60		60			
3	Laboratorium						
4	Projekt						
5	Seminarium						
6	Inne/Praca własna	105 (przygotowanie do ćw. przygotowanie do wykładów, zapoznanie z literaturą i materiałami dydaktycznymi przygotowanie do kolokwium i egzaminu, konsultacje)		105 (przygotowanie do ćw. przygotowanie do wykładów, zapoznanie z literaturą i materiałami dydaktycznymi przygotowanie do kolokwium i egzaminu, konsultacje)			
Suma godzin		75/105		75/105			
24. Suma wszystkich godzin:		ST	NST	25. Liczba punktów ECTS:		ST	NST
		180	180			6	6
26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:		2,5	2,5	27. Liczba punktów ECTS uzyskanych w wyniku samodzielnej pracy studenta:		3,5	3,5
28. Kryteria oceniania:							
Efekt kształcenia	Ocena	Opis wymagań					
K_W01 (+++) K_W02 (+++)	bdb	<p>student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat kultury fizycznej, biegle zna fakty z zakresu KF, definiuje pojęcia z zakresu KF w sposób pełny</p> <p>bardzo dobrze zna elementarną terminologię używaną w naukach o zdrowiu i opisie procesów fizjologicznych związanych z masażem.</p> <p>Zna podstawowe zmiany czynnościowe zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu. Posiada ogólną znajomość budowy i funkcjonowania organizmu człowieka (anatomia funkcjonalna, palpacyjna, fizjologia)</p> <p>Zna mechanizmy działania i skutki uboczne wybranych zabiegów fizycznych. Ma elementarną wiedzę z zakresu stosowania metod utrzymywania sprawności fizycznej w zakresie somatyczno-motoryczno- rozwoju i budowy własnego ciała.</p>					
	db	<p>student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat kultury fizycznej, biegle zna fakty z zakresu KF, definiuje pojęcia z zakresu KF w sposób pełny</p> <p>dobrze zna elementarną terminologię używaną w naukach o zdrowiu i opisie procesów fizjologicznych związanych z masażem.</p>					

		<p>Zna podstawowe zmiany czynnościowe zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu. Posiada ogólną znajomość budowy i funkcjonowania organizmu człowieka (anatomia funkcjonalna, palpacyjna, fizjologia)</p> <p>Zna mechanizmy działania i skutki uboczne wybranych zabiegów fizycznych. Ma elementarną wiedzę z zakresu stosowania metod utrzymywania sprawności fizycznej w zakresie somatyczno-motoryczno- rozwoju i budowy własnego ciała.</p>
	dst	<p>student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat kultury fizycznej, biegle zna fakty z zakresu KF, definiuje pojęcia z zakresu KF w sposób pełny</p> <p>dostatecznie zna elementarną terminologię używaną w naukach o zdrowiu i opisie procesów fizjologicznych związanych z masażem.</p> <p>Zna podstawowe zmiany czynnościowe zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem masażu. Posiada ogólną znajomość budowy i funkcjonowania organizmu człowieka (anatomia funkcjonalna, palpacyjna, fizjologia)</p> <p>Zna mechanizmy działania i skutki uboczne wybranych zabiegów fizycznych. Ma elementarną wiedzę z zakresu stosowania metod utrzymywania sprawności fizycznej w zakresie somatyczno-motoryczno- rozwoju i budowy własnego ciała.</p>
	ndst	<p>student nie ma podstawowej wiedzy na temat KF</p> <p>nie zna terminologii używanej w naukach o kulturze fizycznej, nie zna mechanizmów działań zabiegów fizykalnych</p>
K_U01 (+++) K_U02 (++)	bdb	<p>student potrafi wszechstronnie wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie.</p> <p>Potrafi wykorzystać podstawową zdobytą wiedzę teoretyczną z zakresu masażu w ocenie zmian fizjologicznych zachodzących podczas i po zabiegu Posiada elementarne umiejętności badawcze, które pozwalają mu na analizowanie wyników prostych badań funkcjonalnych i formułowanie wniosków oraz tworzenie sesji masażu klasycznego.</p> <p>Posiada wyjątkowe predyspozycje oraz umiejętności manualne.</p> <p>Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą</p> <p>Dokonuje kompleksowej analizy zjawisk z zakresu zabiegów fizykalnych na podstawie samodzielnych dobranych przykładów, logicznie i jasno konstruuje swe wypowiedzi</p>
	db	<p>student potrafi umiejętnie i dobrze wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie.</p> <p>Potrafi wykorzystać podstawową zdobytą wiedzę teoretyczną z zakresu masażu w ocenie zmian fizjologicznych zachodzących podczas i po zabiegu Posiada elementarne umiejętności badawcze, które pozwalają mu na analizowanie wyników prostych badań funkcjonalnych i formułowanie wniosków oraz tworzenie sesji masażu klasycznego.</p> <p>Posiada wyjątkowe predyspozycje oraz umiejętności manualne.</p> <p>Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą</p> <p>Dokonuje prawidłowej analizy zjawisk z zakresu zabiegów fizykalnych na podstawie typowych przykładów, poprawnie, z niewielką ilością błędów konstruuje swe wypowiedzi</p>
	dst	<p>student potrafi dostatecznie dobrze wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie.</p> <p>Potrafi wykorzystać podstawową zdobytą wiedzę teoretyczną z zakresu masażu w ocenie zmian fizjologicznych zachodzących podczas i po zabiegu Posiada elementarne umiejętności badawcze, które pozwalają mu na analizowanie wyników prostych badań funkcjonalnych i formułowanie wniosków oraz tworzenie sesji masażu klasycznego.</p> <p>Posiada wyjątkowe predyspozycje oraz umiejętności manualne.</p> <p>Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą</p> <p>Jest w stanie z pomocą dokonać analizy zjawisk z zakresu zabiegów fizykalnych, wypowiedzi konstruowane są względnie poprawnie choć wymagają poprawek</p>
	ndst	<p>student nie potrafi wykorzystywać podstawowej wiedzy teoretycznej, nie przedstawia, własnych poglądów, nie zna literatury w danej dziedzinie. Nie posiada umiejętności zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Nie zna języka naukowego w tej dyscypliny. Nie zna pojęć, nie formułuje wniosków</p>
K_K01 (+++) K_K02 (++) K_K03 (+++)	bdb	<p>student potrafi precyzyjnie i spójnie dysponować z zakresu wiedzy poruszanych podczas studiów, potrafi odnieść zdobytą wiedzę w projektowaniu dalszych zadań zawodowych i prywatnych aktywnie uczestniczy w dyskusji prezentując własny punkt widzenia i argumentując go, rzetelnie i terminowo realizuje powierzone zadania, z własnej inicjatywy poszerza zakres wiedzy z przedmiotu</p> <p>Ma świadomość roli prawidłowych procesów fizjologicznych zachodzących w organizmie w czasie i</p>

		po sesji masażu
	db	student potrafi umiejętnie i dobrze , ma świadomość znaczenia nauki i zakresu wiedzy poruszanych podczas studiów, potrafi odnieść zdobytą wiedzę w projektowaniu dalszych zadań zawodowych i prywatnych, aktywnie uczestniczy w zajęciach prezentując swój punkt widzenia, rzetelnie i terminowo realizuje powierzone mu zadania, z konieczności jest gotów poszerzać zakres wiedzy z przedmiotu Ma świadomość roli prawidłowych procesów fizjologicznych zachodzących w organizmie w czasie i po sesji masażu
	dst	student potrafi z pewnymi uchybieniami odnosić się do zdobytej wiedzy w projektowaniu dalszych zadań zawodowych i prywatnych biernie uczestniczy w zajęciach wykazuje znajomość poruszanych zagadnień, w miarę terminowo realizuje powierzone mu zadania, wykazuje ograniczoną gotowość poszerzania zakresu wiedzy z przedmiotu Ma świadomość roli prawidłowych procesów fizjologicznych zachodzących w organizmie w czasie i po sesji masażu
	ndst	student nie potrafi odnieść zdobytych wiadomości do innych dziedzin, nie ma świadomości swojej wiedzy i umiejętności, nie rozumie potrzeby doksztalcania i rozwoju, nie dokonuje samooceny swoich kompetencji, nie wyznacza kierunków dalszego rozwoju zawodowego i prywatnego
29. Uwagi:		

.....
(data i podpis prowadzącego)

Zatwierdzono:
.....
(data i podpis)