

Podkowieńska Wyższa Szkoła Medyczna im. Z. i J. Łyko

Syllabus przedmiotowy 2017/2018 - 2021/2022

Wydział	Fizjoterapii
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Specjalność	-----
Forma studiów	Stacjonarne
Stopień studiów	Jednolite studia magisterskie
Profil kształcenia	Praktyczny
Okres kształcenia	5 lat / 10 semestrów

1. Przedmiot

Nazwa przedmiotu	Metodyka Masaż Sportowego
Kategoria przedmiotu	Autorska Oferta Uczelni
Liczba punktów ECTS	2
Język wykładowy	Polski
Rok studiów/ semestr	II rok, IV semestr

2. Forma zajęć, liczba godzin w planie studiów

Wykład	Ćwiczenia	Konwersatorium	Lektorat	Seminarium	Praktyka
15	30	-	-	-	-

3. Cele przedmiotu

C 1	Rozumie ważność stosowania procedur: w masażu, BHP, dydaktyce
C 2	Student potrafi określić: cele, zasady i warunki stosowania masażu sportowego w sporcie i rekreacji.
C 3	Opanowanie przez studenta wskazań i przeciwwskazań do stosowania masażu w sporcie i rekreacji.
C 4	Przygotowanie studenta do samodzielnej, odpowiedzialnej i świadomej pracy zawodowej, w której będzie on dokonywał wyboru odpowiedniej metody i techniki wykonywania masażu sportowego, adekwatnie do indywidualnej sytuacji zdrowotnej pacjenta.
C 5	Przygotowanie studenta do samodzielnego wykonania zabiegu masażu sportowego oraz organizacji warsztatu pracy masażysty zgodnie z wymogami ergonomii i przestrzegając zasad etyki zawodowej, w trakcie realizacji usprawniających zadań.

4. Wymagania wstępne

1	Przedmiot wykorzystuje treści przedmiotów: Anatomia i fizjologia – w zakresie budowy i funkcji skóry, układu ruchu, układu nerwowego, układu krążeniowo-oddechowego oraz narządów wewnętrznych. Biomechanika i kinezylogia – w zakresie wiedzy potrzebnej w masażu sportowym.
---	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	Patofizjologia – podstawowe procesy w zakresie wskazań i przeciwwskazań do masażu
--	-----------------------------------------------------------------------------------

5. Przedmiotowe efekty kształcenia

PW1	Zna cele, zasady i warunki stosowania masażu sportowego.
PW2	Zna wskazania i przeciwwskazania do masażu sportowego i rekreacji.
PW3	Zna zakres stosowania masażu w sporcie oraz korelację zabiegów tego masażu z innymi zabiegami z zakresu fizjoterapii
PU1	Określa wpływ zaburzeń napięcia mięśni na struktury tkankowe.
PU2	Wykonuje samodzielnie różne technik masażu sportowego, uwzględniając obszar, zasady i warunki stosowania zabiegu.
PU3	Potrafi określić zakres stosowania masażu sportowego w procesie usprawniania pacjenta, korelację zabiegów masażu z innymi działaniami fizjoterapii.
PK1	Na podstawie posiadanej wiedzy przewiduje skutki bodźców stosowanych w masażu, przewiduje reakcje na masaż.
PK2	Rozumie konieczność rozszerzania swojej wiedzy i umiejętności w doskonaleniu zawodowym.

6. Treści programowe

Lp	Wykłady – 15 godz.	L.g.
Wd1.	Wprowadzenie do przedmiotu: Omówienie programu nauczania, PSO, formy i warunki zaliczenia przedmiotu.	1
Wd2.	Teoretyczne podstawy masażu sportowego: Definicja masażu. Klasyfikacja masażu. Formy i metody masażu. Historia masażu.	8
Wd3.	Warunki stosowania masażu sportowego: Uwarunkowania wykonywania zabiegów masażu względem osoby masowanej, masażyście i miejsca wykonywania zabiegu (gabinet).BHP. Sylwetka masażyście – kwalifikacje zawodowe i cechy psychofizyczne masażyście.	6
Ćwiczenia – 30 godz.		
Ćw1.	Omówienie zasad i warunków korzystania z pracowni masażu BHP w pracowni.	1
Ćw2.	Programowanie standardów stosowania masażu sportowego. Tok zabiegu masażu, dokumentacja masażu. Tok masażu, w zakresie czynności przygotowawczych, czynności części głównej i czynności kończących masaż.	4
Ćw3.	Anatomiczne i fizjologiczne podstawy masażu sportowego. Pojęcie bodźca, bodźce stosowane w masażu. Reaktywność tkanek, reakcje na masaż , klasyfikacja odczynów. Obiektywne i subiektywne reakcje na masaż.	4

Ćw4.	<p>Cele i zasady stosowania masażu w sporcie i rekreacji. Zasady ogólne stosowania masażu, w zakresie różnych form i metod stosowania.</p> <p>Zasady dotyczące stosowania technik masażu.</p> <p>Techniki podstawowe – metodyka wykonywania. Oddziaływanie technik masażu na tkanki, dobór technik zależnie od opracowywanych tkanek. Techniki rozszerzające – docelowe masażu. Techniki ułożeniowe stosowane w masażu. Zasady dotyczące kierunku stosowania masażu. Zasady dotyczące dawkowania bodźca w masażu.</p>	4
Ćw5.	<p>Wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu. Wskazania miejscowe i ogólne do stosowania masażu. Przeciwwskazania miejscowe i ogólne do stosowania masażu. Przeciwwskazania względne i bezwzględne.</p>	4
Ćw.6.	<p>Masaż izometryczny. Pojęcie masażu izometrycznego. Zakres oddziaływania na tkanki. Zastosowanie masażu izometrycznego. Ogólne cele, zasady i warunki stosowania masażu izometrycznego.</p> <p>Wskazania i przeciwwskazania.</p> <p>Specyfika stosowania masażu izometrycznego w różnych obszarach ciała. Techniki stosowane w masażu izometrycznego. Metody i cele stosowania technik. Techniki ułożenia pacjenta.</p> <p>Zasady i metodyka masażu izometrycznego na wybranych obszarach ciała.</p> <p>Masaż mięśni grzbietu i karku.</p> <p>Masaż mięśni kończyny górnej.</p> <p>Masaż mięśni kończyny dolnej.</p> <p>Masaż mięśni klatki piersiowej i powłoki brzusznej.</p>	5
Ćw.7.	<p>Stosowanie masażu w odnowie biologicznej. Zastosowanie masażu w odnowie biologicznej.</p> <p>Reakcje skóry na bodźce fizyczne (mechaniczne).</p> <p>Rodzaje masaży stosowanych w odnowie biologicznej.</p> <p>Preparaty i urządzenia wspomagające masaż w odnowie biologicznej.</p>	4
Ćw.8.	<p>Masaże specjalistyczne w odnowie biologicznej. Podział masaży specjalistycznych. Definiowanie pojęć związanych z masażem specjalistycznym.</p> <p>Charakterystyka stosowania, cele, zadania i warunki stosowania masaży segmentarnego, limfatycznego, tensegracyjnego, masaży w środowisku wodnym i masaży przyrządowych.</p> <p>Wskazania i przeciwwskazania do stosowania Masaży segmentarnego, limfatycznego, tensegracyjnego, masaży w środowisku wodnym i masaży przyrządowych.</p>	4

7. Literatura

L.p.	Obowiązkowa
------	-------------

1.	Magiera L. Walaszek R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej - Biosport, Kraków 2003.
2.	Michael Földi, Roman Strößenreuther, red. wyd. pol. Marek Woźniewski Podstawy manualnego drenażu limfatycznego - Urban & Partner, Wrocław 2005.
3	Podgórski T.: Masaż w rehabilitacji i w sporcie-AWF Warszawa 1996.
4	Storck U.: Masaż leczniczy- PZWL, Warszawa 1996.
UZUPEŁNIAJĄCA	
1.	Biriukow A. Masaż sportowy, Warszawa Sport i turystyka 1974
2.	Szczotka P.: Współczesny masaż, terapia, profilaktyka, relaksacja. BODY WORK Poznań, 1998.
3.	Myers T. W. <i>The Anatomy trains: myofascial meridians for manual and movement Therapies.</i> Edinburgh, Churchill Livingstone, 2001.
4.	Lewandowski G. Masaż leczniczy Łudź: Annał 2005.

8. Metody dydaktyczne

Metoda dydaktyczna	Symbol realizowanego tematu
Wykład informacyjny	Wd1, Wd2.
Wykład problemowy	Wd3.
Prezentacje multimedialne	Wd1 – Wd3.
Pokaz	Ćw1- Ćw8.
Metoda realizacji zadania	Ćw1- Ćw8.

9. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Liczba godzin
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim	49
Liczba godzin w planie studiów	45
Konsultacje	2
Egzamin, zaliczenie	2
Samodzielna praca studenta	10

Przygotowanie do zajęć, w tym studiowanie literatury	5
Przygotowanie referatu, projektu, prezentacji i innych	2
Przygotowanie się do egzaminu, zaliczenia, sprawdzianu	3
Całkowity nakład pracy studenta w godzinach	59
Liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

10. Warunki dopuszczenia do zaliczenia przedmiotu

1	<p>Zaliczenie części teoretycznej – Formy sprawdzania wiadomości:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pisemna praca w formie testu pojedynczego lub wielokrotnego wyboru, obejmującego partię materiału. • Pisemna praca w formie wypowiedzi na zadane pytania. • Odpowiedź ustna. <p>Skala ocen w odniesieniu do prac pisemnych i odpowiedzi ustnych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ocena bardzo dobry (5,0): 95 – 100% - ocena dobry plus (4,5): 90 – 94% - ocena dobry (4,0): 81 – 89% - ocena dostateczny plus (3,5): 70 – 80% - ocena dostateczny (3,0): 60 – 69 % - ocena niedostateczny (2,0): 0 – 59 % <p>W przypadku wypowiedzi pisemnej i odpowiedzi ustnej, oceniane są: wartość merytoryczna wypowiedzi w zakresie treści i haseł kluczowych dla danego zagadnienia, posługiwanie się językiem fachowym i poprawność językowa, kompozycja wypowiedzi i samodzielność w opracowaniu zagadnienia.</p>
2	<p>Zaliczenie części praktycznej</p> <p>Obecność na zajęciach: 90% obecności na ćwiczeniach. Wykonanie minimum w 75% poprawnie masażu.</p> <p>Formy weryfikacji efektów kształcenia i w zakresie umiejętności i kompetencji: Zaliczenie semestru jest wynikiem pozytywnego zaliczenia wszystkich zadań praktycznych (Oceny cząstkowe z poszczególnych partii materiału). Pozytywna ocena ze wszystkich sprawdzianów praktycznych obejmujących kolejne partie materiału.</p> <p>Nieobecność na sprawdzianie i nie zaliczenie go w ciągu dwóch tygodni od daty zaliczenia jest równoznaczne z oceną niedostateczną z danej partii materiału.</p> <p><i>Formy weryfikacji efektów kształcenia i w zakresie umiejętności i kompetencji: Zaliczenie przedmiotu na podstawie ocen cząstkowych, wynikających z oceny zadań praktycznych realizowanych na ćwiczeniach i zajęciach praktycznych.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zaliczenie zadania praktycznego na podstawie: wykonanie pracy zaliczeniowej: przygotowanie projektu lub prezentacji/ przeprowadzenie badań i prezentacja ich wyników (pisemna, ustna) 2. Zaliczenie zadania praktycznego na podstawie: wykonanie określonego zadania praktycznego,(wykonanie zabiegu masażu). 3. Zaliczenie przedmiotu powinno uwzględniać frekwencję na zajęciach <p>Skala ocen w odniesieniu do prac pisemnych i odpowiedzi ustnych i zadań praktycznych:</p>

<ul style="list-style-type: none"> - ocena bardzo dobry (5,0): 95 – 100% - ocena dobry plus (4,5): 90 – 94% - ocena dobry (4,0): 85 – 89% - ocena dostateczny plus (3,5): 70 – 80% - ocena dostateczny (3,0): 60 – 69 % - ocena niedostateczny (2,0): 0 – 59 % <p>W przypadku odpowiedzi ustnej oraz oceniane są: wartość merytoryczna wypowiedzi w zakresie treści i haseł kluczowych dla danego zagadnienia, posługiwanie się językiem fachowym i poprawność językowa, kompozycja wypowiedzi i samodzielność w opracowaniu zagadnienia.</p> <p>W przypadku zadań praktycznych oceniane są: oceniane, poprawność wykonania zabiegu uwzględniając kryteria wynikające z karty zaliczenia zabiegu.</p> <p><i>Egzamin końcowy w formie wykonania samodzielnie różnego rodzaju masażu, wynikających z programu realizowanego na zajęciach</i></p>

11. Metody weryfikacji przedmiotowych efektów kształcenia

Metoda weryfikacji efektów kształcenia	Symbol efektu przedmiotowego
Zaliczenie pisemne – test – pytania otwarte	PW1, PW2, PW3
Zaliczenie praktyczne – wykonanie zabiegu	PU1, PU2, PU3.

Efekty dotyczące kompetencji PK1 PK2 zostaną zweryfikowane podczas praktyki zawodowej.

12. Kryteria oceny

Na ocenę 5,0	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posiada wiadomości teoretyczne i praktyczne wykraczające poza ramy przedmiotu. Wykorzystuje i umiejętnie je stosuje w w zakresie przedstawionego zadania. 2. Prawidłowo przygotowuje stanowisko pracy. Przedstawia plan wykonywanych czynności, Zadanie wykonuje w sposób zorganizowany, zaplanowany z uwzględnieniem prawidłowej kolejności działań. 3. Prawidłowo dobiera techniki lub sposób wykonywania czynności związanych z zadaniem, wyjaśnia celowość ich stosowania, reaguje w sposób celowy przy zmieniających się warunkach wykonywania zadania, stosuje działania alternatywne w celu prawidłowego wykonania czynności związanych z zadaniem. 4. Zadanie wykonuje bezbłędnie i w pełni samodzielnie, wykazuje inicjatywę w doborze sposobu wykonania zadania. Uwzględnia jakość i estetykę wykonywania, prezentuje wykonane zadanie, wyciąga i interpretuje prawidłowe wnioski. Tworzy, umiejętnie i przejrzysto prowadzi dokumentację wykonywanych działań. 5. Zadanie wykonuje przestrzegając w pełni obowiązujących standardów i przepisów. Jest zaangażowany, zdyscyplinowany, wykazuje własną p
Na ocenę 4,5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posiada wiadomości teoretyczne i praktyczne, związane z przedmiotem. Wykorzystuje i umiejętnie je stosuje w w zakresie przedstawionego zadania. 2. Prawidłowo przygotowuje stanowisko pracy. Planuje swoje działania w planie uwzględnia prawidłową kolejność wykonywanych działań, według planu realizuje zadanie. 3. Prawidłowo dobiera techniki lub sposób wykonywania czynności związanych z zadaniem, wyjaśnia celowość ich stosowania. Uwzględnia w trakcie zadania

	<p>zmieniające się warunki wykonywania</p> <ol style="list-style-type: none"> Zadanie wykonuje prawidłowo i w pełni samodzielnie. Uwzględnia jakość i estetykę wykonania. Umie zaprezentować wykonane zadanie, wyciągając prawidłowe wnioski, Umiejętnie prowadzi dokumentację wykonywanych działań. Zadanie wykonuje przestrzegając obowiązujących standardów i przepisów. Wykazuje zaangażowanie i zdyscyplinowanie
Na ocenę 4,0	<ol style="list-style-type: none"> Posiada wiadomości teoretyczne i praktyczne, związane z realizowanym zadaniem. Wykorzystuje je w w zakresie przedstawionego zadania. Umie przygotować stanowisko pracy, umie opracować plan swoich działań, i według planu go poprowadzić Umie dobrać techniki lub sposób wykonania, stosuje je w trakcie wykonywania Zadanie wykonuje prawidłowo i potrafi je zaprezentować. Według wzorca prowadzi dokumentację wykonywanych czynności. W trakcie wykonywanych działań stosuje standardy i przepisy właściwe dla wykonywanego zadania. Wykazuje racjonalne zaangażowanie w wykonywane zadanie.
Na ocenę 3,5	<ol style="list-style-type: none"> W zakresie podstawowym posiada wiadomości teoretyczne i praktyczne właściwe dla danego zadania w ograniczony sposób wykorzystuje je w trakcie realizacji. Potrafi zorganizować stanowisko pracy, w zakresie podstawowym planuje zadanie, w trakcie wykonywania zauważalne błędy organizacyjne. Zna techniki lub czynności związane z wykonywanym zadaniem. Wykonuje je w sposób niepewny nie zawsze zgodnie z ich przeznaczeniem Zadanie wykonuje nie pewnie, nie zawsze dokładnie, wymagane są pewne poprawki w jego realizacji. W ograniczonym stopniu dokumentuje wykonywaną pracę. Ma problemy z zaprezentowaniem wyników działań. Nie w pełni posługuje się standardami i przepisami właściwymi dla danego zadania nie zawsze je stosuje.
Na ocenę 3,0	<ol style="list-style-type: none"> Posiada niepełne i nieusystematyzowane wiadomości teoretyczne i praktyczne związane z wykonywanym zadaniem, ma trudności z ich zastosowaniem w trakcie realizacji. W sposób niepełny planuje wykonywane zadanie występują braki w organizacji. Panuje chaos na stanowisku pracy. Nie w pełni zna techniki lub czynności związane z wykonywanym zadaniem nie zawsze prawidłowo je dobiera, Występują pomyłki w czasie ich wykonywania wymagające konsultacji i poprawek w trakcie ich realizacji. Zadanie wykonywane jest wolno niepewnie i nie dokładnie wymaga poprawek. W ograniczonym stopniu jest w stanie zaprezentować swoją pracę. Występuje brak inicjatywy pewności i samodzielności w wykonaniu. Występują braki w dokumentowaniu wykonywanego zadania. Zadanie wykonywane nie estetycznie nie zawsze zgodnie z standardem i przepisami, wymaga ciągłej korekcji ze strony oceniającego, występuje brak zaangażowania.
Na ocenę 2,0	<ol style="list-style-type: none"> Nie posiada wiedzy teoretycznej i praktycznej w zakresie wykonywanego zadania. Nie potrafi zaplanować i zorganizować pracy, przygotować stanowiska. Nie zna technik lub czynności związanych z wykonywanym zadaniem, lub stosuje je błędnie. Nie wykonuje zadaniu lub wykonuje je w sposób nieprawidłowy-błędny, niesamodzielny. Nie potrafi udokumentować i zaprezentować swoich działań Nie stosuje przepisów i standardów właściwych dla danego zadania, jego działania stwarzają zagrożenie.

13. Macierz realizacji przedmiotu

Treści kształcenia zgodnie z symbolami	Przedmiotowe efekty kształcenia	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Nasylenie realizacji efektu kierunkowego
Wd1, Wd3, Ćw1	PW1	FZP_W15; FZP_16; FZP_W24.	+
Wd2, Wd3, Ćw5	PW2	FZP_W08; FZP_W23	++
Wd3	PW3	FZP_W22;	+++
Ćw2, Ćw3, Ćw4	PU1	FZP_W10; FZP_W11;	++
Ćw6, Ćw7, Ćw8	PU2	FZP_U02; FZP_U03; FZP_U06	++
Ćw2 – Ćw10,	PU3	FZP_U01; FZP_U10; FZP_U19;	+++

14. Prowadzący przedmiot

Osoba odpowiedzialna za przedmiot	mgr Wojciech Kłudkiewicz
Osoba prowadząca wykład	mgr Wojciech Kłudkiewicz
Osoba prowadząca ćwiczenia	mgr Wojciech Kłudkiewicz

Podpisy prowadzących i osoby odpowiedzialnej za przedmiot:

1.
2.