

SYLABUS

Fizjoterapia z masażem

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna: Wydział Profilaktyki i zdrowia	Rok akademicki 2026/2027		
Kierunek studiów: Kosmetologia	Rok studiów/ semestr Rok I; sem. 1,2		
Poziom kształcenia: Studia pierwszego stopnia	Kod przedmiotu: <u>K -kierunkowy</u> /P -podstawowy / H-humanistyczny/ W- do wyboru		
Poziom kwalifikacji PRK: VI			
Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 wskazanych w uniwersalnych charakterystykach poziomów PRK: P6U_W; P6U_U; P6U_K			
Forma studiów: niestacjonarne	Statut przedmiotu: Obowiązkowy		
Profil studiów: praktyczny	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się: Egzamin		
Dyscypliny: Nauki o zdrowiu/ Nauki medyczne	Liczba punktów ECTS: 4		
Koordynator przedmiotu:			
Prowadzący zajęcia:			
Wymagania wstępne: Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu student powinien posiadać wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne z zakresu fizjologii i anatomii człowieka			
Założenia i cele dla przedmiotu: Zapoznanie z podstawami fizykoterapii jako działu leczenia (medycyny fizycznej), w którym stosuje się naturalne i sztuczne czynniki fizyczne; zapoznanie z działami fizykoterapii, z podstawowymi technikami masażu klasycznego oraz możliwościami ich wykorzystania w kosmetologii, omówienie wpływu poszczególnych czynników fizycznych na organizm człowieka, wskazania i przeciwwskazania do zabiegów fizycznych.			
Efekty uczenia się dla przedmiotu			
Efekty w zakresie:	Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 charakterystyk pierwszego stopnia PRK	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji
Wiedzy- Student zna i rozumie:			

podstawy fizykoterapii jako działu lecznictwa, w którym stosuje się naturalne i sztuczne czynniki fizyczne;	P6S_WK P6S_WG	K_W39	Kolokwium Ocena aktywności	
wskazania i przeciwwskazania do zabiegów fizykoterapeutycznych,		K_W37		
rodzaje masażu; zasady obowiązujące w masażu klasycznym; wpływ masażu na poszczególne tkanki i układy organizmu; wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegu masażu.		K_W40		
Umiejętności- Student potrafi:				
dobierać i wykonać w sposób prawidłowy techniki w zakresie działania czynników fizycznych w procesie profilaktyki, leczenia schorzeń narządu ruchu i skóry; przewidywać reakcję pacjenta w czasie zabiegu działania czynnikami fizycznymi;	P6S_UW P6S_UO	K_U51	Praktyczne wykonanie wybranych zabiegów fizycznych; Praktyczne wykonanie wybranych technik masażu	
wykonywać masaż poprawnie i zgodnie z metodyką;		K_U44		
planować zabieg, stosując odpowiednie techniki.		K_U45		
Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:				
dbania o bezpieczeństwo własne, pacjenta i współpracowników;	P6S_KK P6S_KR	K_K04	obserwacja pracy studenta;	
okazywania szacunku wobec klienta; postępowania zgodnie z zasadami etyki pracownika służby zdrowia;		K_K06		
Bilans punktów ECTS				
Szacowany nakład pracy				
Forma	Liczba godzin		Liczba punktów ECTS	
	Sem 1	Sem 2	Sem 1	Sem 2
Wykład	10	10	1	1
Ćwiczenia	20	20		
Seminarium		-		-
Praca własna studenta	20	40	1	1
Łączny nakład pracy studenta	120		4	
Liczba godzin kontaktowych	60			
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	40			
Kryteria oceny				
Kryteria oceny egzaminu	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się			poniżej60%
	Ocena dostateczna (3,0)- student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym			60-65%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym			65-69%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym			70-79%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym			80-89%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym			90-100%
Kryteria oceny ćwiczenia praktycznego	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie opanował minimum umiejętności praktycznych i wiadomości teoretycznych określonych programem przedmiotu; nie posiada znajomości prostych zagadnień i fachowej terminologii; nie potrafi wykorzystać wiedzy teoretycznej w praktyce; nie przestrzega przepisów BHP			poniżej 50%

	Ocena dostateczna (3,0)- Student opanował podstawowe treści programowe i umiejętności praktyczne; wykazuje średnie zainteresowanie zdobywaniem umiejętności zawodowych; zna proste zagadnienia i fachową terminologię zawodową; wykonując zadanie praktyczne nie zawsze stosuje łączenie teorii z praktyką; wykazuje dostateczną umiejętność planowania i wykonywania zadań praktycznych; nie opanował dobrze umiejętności prawidłowego organizowania stanowiska pracy; opanował podstawową znajomość przepisów BHP, wszystkie nieobecności są odpracowane	50,5-60%
	Ocena dość dobra (3,5)- Student opanował w ograniczonym zakresie podstawowe wiadomości teoretyczne i umiejętności praktyczne określone w programie nauczania; wykazuje niewystarczającą znajomość rozumienia zagadnień i fachowej terminologii; wykazuje brak samodzielności wykonywanej pracy; wykazuje trudności w łączeniu teorii z praktyką; zna przepisy BHP, ale nie zawsze stosuje je w praktyce, wszystkie nieobecności są odpracowane	60,5-70%
	Ocena dobra (4,0) - student opanował wiadomości i umiejętności w zakresie pozwalającym na zrozumieniu większości materiału z zakresu programu nauczania; posiada umiejętności praktyczne; posiada umiejętności organizacji stanowiska pracy; posiada umiejętności wykorzystania wiedzy teoretycznej w praktyce; wszystkie nieobecności są odpracowane	70,5-80%
	Ocena ponad dobra (4,5) - student opanował pełny zakres wiedzy teoretycznej i umiejętności praktyczne określone programem nauczania; wykazuje się samodzielnością podczas wykonywania zadania, posiada umiejętność organizowania stanowisk pracy; przestrzega zasad BHP; wszystkie nieobecności są odpracowane; posiada umiejętności pracy w zespole	85,5-90%
	Ocena bardzo dobra (5,0) - student opanował pełny zakres wiedzy teoretycznej i umiejętności praktyczne określone programem nauczania; biegle posługuje się fachową terminologią; wykorzystuje wiedzę teoretyczną w praktyce; rozumie zależności między teorią a praktyką; wykazuje się pełną samodzielnością podczas wykonywania ćwiczenia; posiada umiejętność przewidywania efektów wykonywanego ćwiczenia i samodzielnego stosowania wiedzy w sytuacjach nietypowych; przestrzega zasady BHP	90,5-100%
Kryteria oceny pracy etapowej	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się	poniżej60%
	Ocena dostateczna (3,0)- student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym	60-65%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym	65-69%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym	70-79%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym	80-89%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym	90-100%

Treści programowe

L.P.	Treści programowe	Forma prowadzenia zajęć	Liczba godzin
SEMESTR 1			
1	Zajęcia organizacyjne - przedstawienie przedmiotu; obowiązki studenta i warunki zaliczenia przedmiotu. Wprowadzenie do fizykoterapii. Rys historyczny.	Wykład	1

2	Wiadomości wstępne: Rola i zadania medycyny fizykalnej; Podział czynników fizykalnych; Zastosowanie i ocena skuteczności wpływu zabiegów fizykalnych. Wpływ czynników fizykalnych na homeostazę organizmu człowieka; fizjologia reakcji organizmu na bodźce fizykalne: podstawowe aspekty układu sensorycznego organizmu; podstawowe aspekty mechanizmu termoregulacji organizmu	Wykład	2
3	Światłolecznictwo: widmo fal elektromagnetycznych; Promieniowanie podczerwone (podział i właściwości fizyczne, działanie biologiczne, rodzaje lamp terapeutycznych i ich obsługa; wskazania i przeciwwskazania); Promieniowanie ultrafioletowe (podział i charakterystyka obszarów pr. UV; działanie fotochemiczne i biologiczne; zastosowanie w kosmetyce; wskazania i przeciwwskazania); Promieniowanie laserowe	Wykład	2
4	Ultradźwięki: Specyfika drgań mechanicznych; sposoby wytwarzania i właściwości fali UD; fizjologiczne podstawy reakcji na działanie UD; wskazania i przeciwwskazania	Wykład	2
5	Elektrolecznictwo: Galwanizacja (działanie prądu stałego na ustrój; rodzaje zabiegów prądem stałym; metodyka zabiegowa poszczególnych zabiegów i bhp; wskazania i przeciwwskazania); Jonoforeza (zjawisko dysocjacji elektrolitycznej; rodzaje leków stosowany; metodyka zabiegowa; wskazania i przeciwwskazania)	Wykład	2
6	Elektrolecznictwo- prądy wysokiej częstotliwości (rodzaje prądów wysokiej częstotliwości: diatermia mikro- i krótkofalowa; wpływ p.w.cz. na organizm, korzyści biologiczne, zagrożenia; metodyka zabiegowa; wskazania i przeciwwskazania	Wykład	1
7	Zasady BHP pracowni fizykoterapii. Zasady bezpiecznego wykonywania zabiegów fizykoterapeutycznych. Metodyka postępowania z pacjentem.	Ćwiczenia	1
8	Światłolecznictwo: promieniowanie podczerwone (typowe zabiegi lampą Sollux stosowane w kosmetyce, metodyka zabiegu naświetlań IR; wskazania i przeciwwskazania oraz bhp, przygotowanie pacjenta, ocena odczynu zabiegowego); promieniowanie ultrafioletowe (naświetlania typowe lampami argonowo-rtęciowymi, technika naświetlań i metodyka zabiegu, wskazania i przeciwwskazania i bhp, przygotowanie pacjenta, ocena odczynu zabiegowego), promieniowanie laserowe (metodyka zabiegowa, wskazania i przeciwwskazania)	Ćwiczenia	2x3
9	Ultradźwięki: technika zabiegowa; metodyka zabiegu; określanie parametrów zabiegowych; wskazania i przeciwwskazania do zabiegu; przygotowanie pacjenta, ocena odczynu zabiegowego	Ćwiczenia	3
10	Elektrolecznictwo: prąd stały (galwanizacja – budowa aparatu; technika zabiegowa, metodyka zabiegu; określanie parametrów zabiegowych; przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; postępowanie podczas zabiegu; ocena odczynu zabiegowego);	Ćwiczenia	2
11	budowa aparatu; technika zabiegowa, metodyka zabieg ; określanie parametrów zabiegowych; przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; postępowanie podczas zabiegu; ocena odczynu zabiegowego	Ćwiczenia	2
12	Prezentacje prac samokształceniowych – balneoterapia, termoterapia, klimatoterapia, krioterapia, aerozoloterapia i komory terapeutyczne, odmiany masaży	Ćwiczenia	2x3
SEMESTR 2			
1	Elektrostymulacja nerwowo-mięśniowa. Prądy pakietowe, prądy Kotza. (rodzaje elektrostymulacji; fizjologiczne reakcje na prąd zmienny; zastosowanie elektrostymulacji – korzyści i wady)	Wykład	3

2	Rys historyczny masażu. Rodzaje masażu w świetle badań naukowych. Mechanotransdukcja: obciążenie mechaniczne a proces odpowiedzi komórkowej. Mechaniczne podstawy masażu.	Wykład	3
3	Podstawowe aspekty fizjologicznych reakcji na masaż klasyczny. Wpływ masażu na poszczególne tkanki organizmu.	Wykład	3
4	Powtórzenie wiadomości semestru 1 i 2	Wykład	1
5	Elektrolecznictwo: prądy średniej częstotliwości: elektrostymulacja mięśniowa prądem stałym przerywanym; elektrostymulacja prądami średniej częstotliwości, „burst”, prądy Kotza (budowa aparatu; technika zabiegowa, metodyka zabiegu; określanie parametrów zabiegowych; przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; postępowanie podczas zabiegu; ocena odczynu zabiegowego	Ćwiczenia	3
6	Diatermia krótkofalowa (DKF): metodyka zabiegu, wskazania i przeciwwskazania, BHP zabiegu, ocena odczynu i ocena końcowa pacjenta	Ćwiczenia	3
7	Masaż częściowy - plecy. - topografia mięśni warstwy powierzchownej pleców - przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; - metodyka zabiegu masażu - ocena pozabiegowa pacjenta	Ćwiczenia	3
8	Masaż częściowy- kończyn dolnych; topografia mięśni kkd; grupa przednia mm kkd i grupa tylna mm kkd; przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; metodyka zabiegu masażu; ocena pozabiegowa pacjenta	Ćwiczenia	3
9	Masaż częściowy – kończyna górna; topografia mięśni kg.; przygotowanie pacjenta; wskazania i przeciwwskazania; metodyka zabiegu masażu; ocena pozabiegowa pacjenta	Ćwiczenia	3
10	Powtórzenie całości materiału. Kolokwium praktyczne.	Ćwiczenia	5

Literatura

Literatura obowiązkowa	Mika T., Kasprzak W. Fizykoterapia. PZWL, Warszawa 2022 Ward A. Robertson V. Low J. Reed A. „Fizykoterapia. Aspekty kliniczne i biofizyczne” Red. M.Łukowicz wyd. I polskie. Elsevier 2006 Magiera R. Klasyczny masaż leczniczy. Teoria i praktyka. Automasaż; AZ Kraków 2020
Literatura dodatkowa	Krzysztof Kassolik, Waldemar Andrzejewski Masaż tensegracyjny. 2017. . Kochański J.W. Balneologia i hydroterapia. Wrocław 2002 Electrophysical Agents - Contraindications And Precautions: An Evidence-Based Approach To Clinical Decision Making In Physical Therapy. Physiother Can. 2010