

SYLABUS

Specjalność- Modelowanie sylwetki z elementami dietetyki

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna: Wydział Profilaktyki i zdrowia	Rok akademicki 2025/2026		
Kierunek studiów: Kosmetologia	Rok studiów/ semestr Rok III; sem. 5 i 6		
Poziom kształcenia: Studia pierwszego stopnia Poziom kwalifikacji PRK: VI	Kod przedmiotu: K -kierunkowy /P -podstawowy / H-humanistyczny/ <u>W- do wyboru</u>		
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: do wyboru		
Profil studiów: praktyczny	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się: Zaliczenie na ocenę		
Dyscypliny: Nauki o zdrowiu/ Nauki medyczne	Liczba punktów ECTS: 8		
Koordynator przedmiotu:			
Prowadzący zajęcia:			
Wymagania wstępne: Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu student powinien posiadać wiedzę z zakresu kosmetologii, kosmetologii pielęgnacyjnej i upiększającej, dermatologii oraz umiejętność przeprowadzania pielęgnacyjnych ciała. W zakresie kompetencji społecznych student powinien posiadać świadomość konieczności pogłębiania wiedzy oraz cechować się wysoką kulturą osobistą i stosowaniem zasad etyki.			
Założenia i cele dla przedmiotu: Przygotowanie do udzielania kompleksowych porad z zakresu kosmetologii leczniczej. Przekazanie wiedzy niezbędnej do podjęcia współpracy z lekarzami (dermatologiem, chirurgiem) w zakresie pielęgnacji przed zabiegowej i pozabiegowego postępowania z pacjentem/klientem. Wdrożenie do posługiwania się narzędziami, środkami i preparatami używanymi w zabiegach leczniczych. Wdrożenie do wykonywania zabiegów z zakresu kosmetologii leczniczej.			
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:			
rodzaje suplementów diety przydatnych w kosmetologii występujących na rynku; najczęstsze substancje czynne występujące w suplementach diety i ich przydatność w kosmetologii; zasady doustnej suplementacji pokarmowej.	P6S_WK P6S_WG	K_W25	kolokwium
wskazania i przeciwwskazania określonych ćwiczeń ruchowych i dobiera w sposób prawidłowy zasady i		K_W43	

techniki zabiegów w zakresie działania czynników fizykalnych w procesie odnowy biologicznej			
Umiejętności- Student potrafi:			
dokonać obliczeń ppm i cpm; potrafi dokonać obliczeń podaży poszczególnych składników żywieniowych; potrafi ocenić wartość odżywczą diety na podanym przykładzie; potrafi dokonywać korekty w sposobie żywienia.	P6S_UK P6S_UW P6S_UO	K_U29	ćwiczenie praktyczne
wykorzystuje ćwiczenia ruchowe jako środek profilaktyczny lub leczniczy w chorobie przeciążeniowej kręgosłupa, schorzeniach metabolicznych, terapii zaburzeń psychofizycznych oraz w procesie restytucji powysiłkowej		K_U51	
stosuje czynniki fizykalne w procesie odnowy biologicznej w rekreacji i rekonwalescencji		K_U53	

Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:				
uwrażliwiania klienta na potrzebę wdrożenia działań pielęgnacyjnych; wyjaśniania zasad pielęgnacji skóry; kreowania postaw odpowiedzialności za podjęte działania	P6S_KK P6S_KR	K_K03	obserwacja pracy studenta;	
przestrzegania zasad BHP i organizacji pracy		K_K04		
okazywania szacunku wobec klienta; postępowania zgodnie z zasadami etyki zawodowej		K_K06		
rozwiązywania problemów zawodowych		K_K07		
kształtowania postaw prozdrowotnych; postaw odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych		K_K08		
zasięgania opinii ekspertów		K_K09		
Bilans punktów ECTS				
Szacowany nakład pracy				
Forma	Liczba godzin		Liczba punktów ECTS	
	Sem 5	Sem 6	Sem 5	Sem 6
Wykład	-	-	-	-
Ćwiczenia	20	20	2	2
Seminarium	10	10		
Praca własna studenta	50	50	2	2
Łączny nakład pracy studenta	160		8	
Liczba godzin kontaktowych	60			
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	40			
Kryteria oceny				
Kryteria oceny pracy etapowej	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się; student powinien gruntownie powtórzyć całość materiału			poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0)- student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym; praca spełnia minimalne kryteria			60-68%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym; praca zadowalająca, ale ze znaczącymi (istotnymi) brakami			68,5-76%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym; praca dobra jednak z szeregiem zauważalnych błędów			76,5-84%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym; praca powyżej przeciętnej nielicznymi błędami			85,5-92%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym; praca wskazująca na opanowanie wymaganej wiedzy z dopuszczeniem jedynie drugorzędnych błędów			92,5-100%
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 terminologii charakterystycznej dla zawodu kosmetologa; 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 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 terminologii charakterystycznej dla zawodu kosmetologa; 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 terminologią charakterystyczną dla zawodu kosmologa; 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%

Literatura

Literatura obowiązkowa	Anna Drobnik, Katarzyna Jabłońska, Anna Kamińska, Praktyczna kosmetologia krok po kroku, PZWL 2021 J. Klonowska, Kosmetologia, Edra Urban & Partner 2022 Władysław S. Brud, Beata Cieślak, Robert Klimkiewicz, Kosmetologia ciała, PZWL 2018
Literatura dodatkowa	Kasprzak W., Mańkowska A. Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA Warszawa 2018 Kasprzak W., Mańkowska A. Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej Warszawa 2017

Treści programowe

L.P.	Treści programowe	Forma prowadzenia zajęć	Liczba godzin
SEMESTR 5			
1	Dietetyka SPA	Seminarium	4
2	Farmakologia odchudzania- suplementy diety	Seminarium	4
3	Aparatura kosmetyczna w odnowie biologicznej	Seminarium	2
4	Odnowa biologiczna z elementami masażu	Ćwiczenia	5
5	Elementy drenażu w masażu ciała	Ćwiczenia	5
6	Pressoterapia- wskazania przeciwwskazania, technika wykonania	Ćwiczenia	5
7	Ćwiczenia z kształtowania i modelowania sylwetki	Ćwiczenia	5
SEMESTR 6			
1	Wybrane specjalistyczne techniki masażu manualnego.	Seminarium	5
2	Masaż ciała z wykorzystaniem aparatury.	Seminarium	5
3	Endermologia - zasada działania, wskazania/przeciwwskazania.	Ćwiczenie	5
4	Kriolipoliza- zasada działania, wskazania/przeciwwskazania.	Ćwiczenie	5
5	Zastosowanie fal radiowych w modelowaniu sylwetki.	Ćwiczenie	5
6	ICOONE- masaż podciśnieniowy- modelowanie sylwetki, redukcja tkanki tłuszczowej- pokaz zabiegu	Ćwiczenie	5