



Wellness w fizjoterapii

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2022/2023
Wydział	Wydział Lekarsko Stomatologiczny
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Dyscyplina wiodąca <i>(zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)</i>	Nauki o Zdrowiu
Profil studiów <i>(ogólnoakademicki/praktyczny)</i>	praktyczny
Poziom kształcenia <i>(I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)</i>	Jednolite magisterskie
Forma studiów <i>(stacjonarne/niestacjonarne)</i>	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu <i>(obowiązkowy/fakultatywny)</i>	fakultatywny
Forma weryfikacji efektów uczenia się <i>(egzamin/zaliczenie)</i>	zaliczenie
Jednostka/jednostki prowadząca/e <i>(oraz adres/y jednostki/jednostek)</i>	Zakład Rehabilitacji WM ul. Księcia Trojdena 2c 02-109 Warszawa tel.: 22 57 20 920 www.csr.wum.edu.pl/pl/zaklad-rehabilitacji e-mail: zakladrehabilitacji@wum.edu.pl

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. n med. Dariusz Białoszewski, prof. WUM
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr n med. Izabela Korabiewska e-mail: iza.korabiewska@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	Dr n med. Izabela Korabiewska e-mail: iza.korabiewska@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr n med. Izabela Korabiewska Mgr Katarzyna Roguska Dr n med. Sebastian Wójtowicz

2. INFORMACJE PODSTAWOWE		
Rok i semestr studiów	III rok, semestr V	Liczba punktów ECTS 1,8
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
wykład (W)		
seminarium (S)		
ćwiczenia (C)	30	1,2
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	14	0,6

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	<p>1. Zasadnicze cele nauczania przedmiotu to:</p> <ul style="list-style-type: none"> - szczegółowe zapoznanie studentów z różnymi formami masażu i modelingu ciała, - przedstawienie refleksoterapii oraz alternatywnych form/technik masażu, - zapoznanie studentów z dietą i suplementacją w odnowie biologicznej, - przygotowanie studentów do pracy funkcjonalnej z pacjentem i samodzielnego konstruowania autorskich zabiegów spa.

C2	Rozumienie i możliwość określania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy w gabinecie odnowy biologicznej/spa/ medycyny sportowej/medycyny estetycznej oraz wpływu różnych form masażu na organizm człowieka.
C3	Zdobycie wiedzy dotyczącej doboru metod wykorzystywanych w odnowie biologicznej.
C4	Możliwość zaproponowania indywidualnie dobranych programów odnowy biologicznej i modelingu ciała.
C5	Prawidłowy dobór technik zabiegów odnowy biologicznej w zależności od wskazań lekarskich, aktualnego stanu zdrowia, potrzeb i możliwości pacjenta, biorąc odpowiedzialność za ich zdrowie i bezpieczeństwo.

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓLWE EFEKTY UCZENIA SIĘ (dotyczy kierunków regulowanych ujętych w Rozporządzeniu Ministra NiSW z 26 lipca 2019; pozostałych kierunków nie dotyczy)	
Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:	
C.W3	mechanizmy oddziaływania oraz możliwe skutki uboczne środków i zabiegów z zakresu fizjoterapii;
C.W4	metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostyczne i metody oceny stanu pacjenta dla potrzeb fizjoterapii, metody oceny budowy i funkcji ciała pacjenta oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych;
C.W5	zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta;
C.W10	wskazania i przeciwwskazania do stosowania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;
Umiejętności – Absolwent* potrafi:	
C.U12	obsługiwać aparaturę do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;
C.U17	podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz projektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.

*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ <i>(nieobowiązkowe)</i>	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
W1	
W2	
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
U1	
U2	
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
K5	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;
K6	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;
K7	wdrażania zasad koleżeństwa zawodowego i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym;

6. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
ĆWICZENIA	<ul style="list-style-type: none"> • Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. • Każda nieobecność wymaga jej odrobienia w sposób uzgodniony z własnym wykładowcą. • Zajęcia w odbywają się zgodnie z planem zajęć. • Na każdym ćwiczeniu jest sprawdzana lista obecności. • Nie ma możliwości wejścia na zajęcia osób spóźnionych o więcej niż 15 minut. <p>ĆWICZENIA</p> <ul style="list-style-type: none"> * Masaż gorącymi kamieniami i stemplami * Masaż czekoladą, miodem i olejkami eterycznymi (aromaterapia) * Zabiegi z wykorzystaniem zimna (masaż lodem, Metoda Wima Hofa) * Zabiegi antycellulitowe/próżniowe (bańka chińska, endermologia) * Drenaż limfatyczny – różne sposoby * Masaże z różnych stron świata (masaż indiański, hawajski, Shiatsu, zanzibar). 	C.W3 C.W4 C.W5 C.W10 C.U12 C.U17 K5 K6 K7

	* Modeling ciała.	
--	-------------------	--

7. LITERATURA
Obowiązkowa
<ol style="list-style-type: none"> 1. Sieroń A, Stanik A, Cieślak G.: Wellness, SPA i Anty-Aging, PZWL 2013 2. Głąbska D, Kozłowska L., Lange E, Włodarek D.: Dietoterapia. PZWL, 2020 3. Gwardzik M. Masaż. Teoria i praktyka. Podręcznik dla masażyści i fizjoterapeutów. Wydawnictwo Edukacyjne ESAN. Warszawa, 2016
Uzupełniająca
<ol style="list-style-type: none"> 1. Magiera L, Walaszek R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej, Biosport, Kraków 2019 2. Magiera L.: Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej, Bio-Styl 2018

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowy o efekcie uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
C.W3 C.W4 C.W5 C.W10 C.U12 C.U17 K5 K6 K7	<i>Zaliczenie praktyczne i ułożenie projektu</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uczestnictwo we wszystkich ćwiczeniach. 2. Aktywny udział w ćwiczeniach. 3. Uzyskanie pozytywnej oceny z projektu.

9. INFORMACJE DODATKOWE <i>(informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)</i>
<p>Koło naukowe: SKN Fizjoterapii (koło posiada sekcje tematyczne) Opiekun koła: dr n. o zdr. Anna Hadamus http://sknfizjoterapii.wum.edu.pl/</p> <p>Dojazd na zajęcia: Ul: Ks. Trojdena 2C, Centrum Sportowo- Rehabilitacyjne WUM</p> <p>Regulamin</p> <p>Podczas pierwszych zajęć w roku akademickim każdy Student/-ka ma obowiązek:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zapoznania się z regulaminem odbywania zajęć z przedmiotu • zapoznania się z sylabusem z przedmiotu • zapoznać się z literaturą obowiązkową i uzupełniającą,

- zapoznać się z tematami zaliczeń śródrocznych i egzaminu końcowego podanych przez prowadzących,
- zapoznać się z przepisami BHP obowiązującymi dla sali dydaktycznej.

Procesem dydaktycznym kieruje nauczyciel akademicki, w związku z czym, Student/-ka powinni:

- podporządkować się poleceniom prowadzącego i przestrzegać wspólnie podjętych ustaleń,
- zwracać się do niego w sytuacji wystąpienia podczas toku zajęć trudności i wszelkich wątpliwości.

Student/-ka zobowiązany jest w czasie roku akademickiego do:

- punktualnego zgłaszania się na zajęcia do sali wykładowej oraz do sali seminaryjnej/ ćwiczeniowej,
- posiadania identyfikatora,
- posiadania ustalonych pomocy dydaktycznych zalecanych na pierwszych zajęciach seminaryjnych/ ćwiczeniach lub/i wskazanych na kolejnych zajęciach,
- poszanowania sprzętu w sali wykładowej i sali seminaryjnej (o ewentualnym uszkodzeniu lub zniszczeniu sprzętu należy poinformować osobę prowadzącą zajęcia)
- wzajemnego użyczenia własnego ciała w ramach zajęć z anatomii palpacyjnej (konieczność wzajemnej pracy studentów z wykorzystaniem własnego ciała podczas zajęć praktycznych jest ujęta w oficjalnym opisie kierunku Fizjoterapia)

Student/-ka ma obowiązek uczestnictwa Student/-ka we wszystkich zajęciach dydaktycznych:

w wykładach i seminariach:

- Dopuszcza się 1. (jedną) nieobecność nieusprawiedliwioną. Nie może być więcej niż 3. (trzy) nieobecności (łącznie: usprawiedliwionych i nieusprawiedliwionych).
- Większa liczba nieobecności powoduje nie zaliczenie wykładów i może wymagać zdania odpowiedniego kolokwium zaliczającego. Brak zaliczenia takiego kolokwium powoduje nie zaliczenie danego przedmiotu.
- nieusprawiedliwioną nieobecność na seminariach/ćwiczeniach Studenci/-tki zobowiązani są odpracować w formie odpowiedzi ustnej lub pisemnej (wg wskazań osoby prowadzącej zajęcia) z zadanego przez prowadzącego zagadnienia,
- zapoznania się Studenta/-ki oraz przyswojenia przez nich wiadomości potrzebnych do odbycia kolejnych ćwiczeń , po podaniu tematu przez prowadzącego oraz samodzielnego przyswajania wiedzy podstawowej, jak i dodatkowej z danej dziedziny oraz literatury obowiązkowej i uzupełniającej.

Student/-ka ma prawo do:

- nieobecności podczas choroby i za okazaniem zwolnienia lekarskiego (każda nieobecność będzie rozpatrywana indywidualnie) i może wymagać wg ustaleń z osobą prowadzącą formy odpracowania w postaci
- dodatkowej prezentacji z zagadnień objętych tematyką przedmiotu

Osoba prowadząca zajęcia dydaktyczne ma obowiązek:

- egzekwowania od Studentów/ -ek posiadanej wiedzy, umiejętności praktycznych i kompetencji społecznych wymaganych na danych zajęciach
- egzekwowania posiadania wiedzy podanej na wykładzie kompetencji społecznych względem osób przebywających podczas zajęć,
- niedopuszczenia Studenta/-ki, łamiących regulamin, do odbywania zajęć w sali dydaktycznej,
- przekazania wiedzy z obowiązującego zakresu umieszczonego w sylabusie przedmiotowym,
- wykorzystywania pomocy dydaktycznych podczas zajęć dydaktycznych,
- respektowania procedur dydaktycznych zawartych w sylabusie przedmiotowym.

Osoba prowadząca zajęcia ma prawo do:

- niedopuszczenia Studenta/-ki nieposiadającego wymaganej wiedzy, do odbywania zajęć.