

Politechnika Opolska
Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii

Karta Opisu Przedmiotu

Studia podyplomowe (kurs dokształcający)*		Instruktor Odnowy Psychosomatycznej				
Nazwa przedmiotu		Medyczne środki odnowy biologicznej				
Subject Title		Medical wellness				
Semestr		ECTS (pkt.)		Tryb zaliczenia przedmiotu		
I		4		Egzamin końcowy, zaliczenie		
Kod przedmiotu		OP05				
Wymagania wstępne w zakresie przedmiotu	Wiedza	1.	Ma podstawową wiedzę o budowie ciała człowieka.			
	Umiejętności	1.	Potrafi omówić funkcję poszczególnych struktur narządu ruchu.			
	Kompetencje społeczne	1.	Rozumie potrzebę podejmowania działań z zakresu odnowy biologicznej.			
Cele przedmiotu: zapoznanie słuchaczy z metodami i technikami wykorzystywanymi w odnowie biologicznej						
Program przedmiotu						
Forma zajęć		Liczba godzin zajęć w semestrze		Prowadzący zajęcia (tytuł/stopień naukowy, imię i nazwisko)		
Wykład		6		dr hab. Mariusz Miękała		
Seminarium		27		dr hab. Mariusz Miękała, mgr Ewelina Tuła, mgr Natalia Wyrzykowska		
Treści kształcenia						
Wykład		Sposób realizacji		wykład objaśniający		
Lp.	Tematyka zajęć				Liczba godzin	
1.	Wprowadzenie do masażu relaksacyjnego				2	
2.	Rola wybranych technik fizykalnych w odnowie biologicznej				2	
3.	Balneoterapia, klimatologia i podstawy leczenia uzdrowiskowego				2	
Liczba godzin zajęć w semestrze					6	
Seminarium		Sposób realizacji		warsztatowe seminaria tematyczne		
Lp.	Tematyka zajęć				Liczba godzin	
1.	Masaż relaksacyjny				9	
2.	Podstawy stretchingu				6	
3.	Poizometryczna relaksacja mięśniowa				3	
4.	Podstawy terapii mięśniowo-powięziowych punktów spustowych				3	
5.	Techniki wspierające działanie autonomicznego układu nerwowego, poczucia bezpieczeństwa i samoregulacji u siebie i osób trzecich w oparciu o Teorię Poliwalną.				3	
6.	Wybrane techniki z zakresu medycyny fizykalnej (termoterapia, światłolecznictwo, hydroterapia)				3	
Liczba godzin zajęć w semestrze					27	
Efekty uczenia się dla przedmiotu - po zakończonym cyklu kształcenia				Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się	Formy realizacji (W, C, L, P, S)	Metody weryfikacji efektów uczenia się
Wiedza	1.	Zna podstawy teoretyczne i metodykę wybranych środków odnowy biologicznej.		W03	W,S	A,N,P
	2.	Zna wskazania i przeciwwskazania do stosowania wybranych technik z zakresu odnowy biologicznej.		W04	W,S	A,N,P
Umiejętności	1.	Potrafi prawidłowo wykonać wybrane techniki z zakresu odnowy biologicznej.		U01	S	N,O,P,R
	2.	W zależności od potrzeb potrafi dobrać właściwe techniki relaksacyjne i zaplanować program odnowy biologicznej.		U02, U03	W,S	A,N,P

Kompetencje społeczne	1.	W razie konieczności potrafi skonsultować zaistniały problem z właściwym ekspertem lub też skierować do niego podopiecznego.	K01	W,S	A,N,P
Metody weryfikacji efektów uczenia się: A-egzamin pisemny, B-egzamin ustny, C-zaliczenie pisemne, D-zaliczenie ustne, E-na podstawie ocen cząstkowych z odpowiedzi ustnych, F-na podstawie ocen cząstkowych z odpowiedzi pisemnych, G-praca kontrolna, H-ocena ze sprawozdań, I-ocena z przebiegu ćwiczeń, J-ocena z przygotowania do ćwiczeń, K-ocena z przebiegu realizacji projektu, L-ocena pisemnej realizacji projektu, M-ocena z obrony projektu, N-ocena formy prezentacji, O-obszewacja aktywności na zajęciach, P-ocena treści prezentacji, R-obszewacja systematyczności,					

Metody dydaktyczne:

Wykład: wykład informacyjny z wykorzystaniem prezentacji i wizualizacji, wykład konwersatoryjny. SeminaRIA: prelekcja, pogadanka, zajęcia praktyczne, pokaz, dyskusja, burza mózgów, nauczanie przez uczestnictwo, pokaz na słuchaczach. Konsultacje.

Forma i warunki zaliczenia przedmiotu:

Wykład: pozytywna ocena z zaliczenia pisemnego w postaci testu zamkniętego jednokrotnego wyboru. Na ocenę dostateczną (3,0) wymaga się uzyskania co najmniej 51% pozytywnych odpowiedzi, i odpowiednio: na ocenę dostateczną plus (3,5) - 60%, na ocenę dobrą (4,0) - 70%, na ocenę dobrą plus (4,5) - 80%, na ocenę bardzo dobrą (5,0) - 90%.

SeminaRIA: warunkiem zaliczenia seminariów jest uzyskanie pozytywnej oceny z końcowej prezentacji nabytej na zajęciach wiedzy i umiejętności. Słuchacz będzie losować trzy techniki z zakresu odnowy biologicznej, które następnie powinien zaprezentować uwzględniając m.in. wskazania i przeciwwskazania, oraz poprawną metodykę wykonania zabiegu. Pod uwagę brana jest także obecność na zajęciach (dopuszczalna jest 1 nieobecność) oraz aktywność słuchacza na zajęciach.

Literatura podstawowa:

- [1] Magiera L., Relaksacyjny masaż leczniczy, Bio-Styl, 2016.
- [2] Kasprzak W., Mańkowska A., Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2017.

Literatura uzupełniająca:

- [1] Manheim C., Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, Wydawnictwo WSEiT, 2020.

* niewłaściwe przekreślić

.....
(kierownik jednostki organizacyjnej/bezpośredni przełożony:
pieczęć/podpis

.....
(Dziekan Wydziału
pieczęć/podpis)