

Masaż sportowy

Karta opisu przedmiotu

Informacje podstawowe

<p>Jednostka organizacyjna Wydział Nauk o Zdrowiu</p> <p>Kierunek studiów Fizjoterapia</p> <p>Poziom kształcenia jednolite magisterskie</p> <p>Forma studiów stacjonarne</p> <p>Profil studiów praktyczny</p> <p>Dyscypliny Nauki o zdrowiu</p>	<p>Cykl dydaktyczny 2020/21</p> <p>Rok realizacji 2021/22</p> <p>Języki wykładowe Polski</p> <p>Blok zajęciowy obowiązkowy do zaliczenia w toku studiów</p> <p>Obligatoryjność fakultatywny</p> <p>Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie na ocenę</p> <p>Grupa zajęć standardu C. Podstawy fizjoterapii</p>
Koordynator przedmiotu	Alicja Jurecka, Bartosz Trybulec
Prowadzący zajęcia	Alicja Jurecka

Okres Semestr 4	<p>Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie na ocenę</p> <p>Forma prowadzenia i godziny zajęć seminarium: 10, ćwiczenia w pracowni umiejętności: 20</p>	Liczba punktów ECTS 2.0
---------------------------	--	-----------------------------------

Cele kształcenia dla przedmiotu

C1	Zapoznanie studentów z zasadami stosowania i technikami z zakresu masażu sportowego.
----	--

Efekty uczenia się dla przedmiotu

Kod	Efekty w zakresie	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji
-----	-------------------	-------------------------------	--------------------

Wiedzy - Student zna i rozumie:			
W1	wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii i masażu, kinezyterapii i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii	O.W6	test
W2	mechanizmy zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem	C.W2	test
W3	teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii	C.W7	test
W4	problematykę z zakresu dyscypliny naukowej - nauki biologiczne w tym rozwój, budowę i funkcje organizmu człowieka w warunkach prawidłowych i patologicznych	O.W1	test
Umiejętności - Student potrafi:			
U1	wykonywać zabiegi z zakresu fizykoterapii, kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii	O.U1	obserwacja pracy studenta
U2	kontrolować efekty postępowania fizjoterapeutycznego	O.U4	obserwacja pracy studenta
U3	przeprowadzić badanie podmiotowe, badanie przedmiotowe oraz wykonywać podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla fizjoterapii, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej	C.U1	obserwacja pracy studenta
U4	zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii	C.U8	obserwacja pracy studenta
Kompetencji społecznych - Student jest gotów do:			
K1	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych	O.K5	obserwacja pracy studenta

Bilans punktów ECTS

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
seminarium	10
ćwiczenia w pracowni umiejętności	20
przygotowanie do zajęć	10
przygotowanie do kolokwium	20
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 60
Liczba godzin kontaktowych	Liczba godzin 30

Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	Liczba godzin 20
--	----------------------------

* godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Treści programowe

Lp.	Treści programowe	Efekty uczenia się dla przedmiotu	Formy prowadzenia zajęć
1.	1. Anatomiczne i fizjologiczne podstawy zastosowania masażu w sporcie	W4	seminarium
2.	2. Połączenia mięśniowo-powięziowe jako element strategii badania sportowca dla potrzeb prowadzenia masażu w sporcie.	W2, W4	seminarium
3.	3. Masaż w sporcie - rodzaje, techniki.	W3	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
4.	4. Klasyczny masaż sportowy. Cel i zadania. Zasady i warunki stosowania. Mechanizm działania i techniki. Wpływ na organizm. Wskazania i przeciwwskazania. Rodzaje masażu sportowego.	W1, W3	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
5.	5. Masaż centryfugalny, funkcyjny i izometryczny - charakterystyka, zastosowanie w sporcie.	W1, W3	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
6.	6. Masaż tkanek głębokich - zastosowanie w sporcie. Koncepcje. Cele i zasady wykonania. Wskazania.	W1, W2, W3	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
7.	1. Specyfika pracy w klasycznym masażu sportowym - uwagi praktyczne.	U1	ćwiczenia w pracowni umiejętności
8.	2. Specyfika pracy w masażu tkanek głębokich - uwagi praktyczne.	U1	ćwiczenia w pracowni umiejętności
9.	3. Techniki ogólne stosowane w masażu głębokim, zastosowanie w sporcie.	U1	ćwiczenia w pracowni umiejętności
10.	4. Strategie masażu tkanek głębokich dla poszczególnych części ciała. Praca z miednicą, kręgosłupem, obręczą barkową i biodrową, klatką piersiową, kończyną dolną i górną.	U1, U2, U3, U4	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
11.	5. Strategie terapeutyczne zalecane w przypadku powszechnych dolegliwości i urazów sportowych.	U1, U2, U3, U4, K1	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności
12.	6. Elementy oceny funkcji narządu ruchu niezbędne dla doboru i wykonania masażu w sporcie.	U3, U4, K1	seminarium, ćwiczenia w pracowni umiejętności

Informacje rozszerzone

Metody nauczania:

Analiza przypadków, Ćwiczenia w pracowni umiejętności, Dyskusja, Metoda przypadków, Seminarium

Rodzaj zajęć	Formy zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
seminarium	test	Test zawiera 30 pytań jednokrotnego wyboru. Kryteria oceny: liczba punktów - ocena: 27-30 - bdb (5,0) 25-26 - pdb (4,5) 23-24 - db (4,0) 20-22 - ddb (3,5) 18-19 - dst (3,0) 0-17 - ndst (2,0)

Rodzaj zajęć	Formy zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
ćwiczenia w pracowni umiejętności	obserwacja pracy studenta	Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest 100% obecność na zajęciach oraz aktywność studenta podczas zajęć weryfikowana przez prowadzących zajęcia.

Wymagania wstępne i dodatkowe

Znajomość podstaw anatomii i fizjologii, znajomość masażu klasycznego oraz podstawowych testów klinicznych narządu ruchu.

Literatura

Obowiązkowa

1. Magiera L., Walaszek R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Biosport, Kraków, 2008.
2. Riggs A.: Masaż tkanek głębokich. 2008.
3. Walaszek R., Kasperczyk T., Magiera L.: Diagnostyka w kinezyterapii i masażu. Biosport, Kraków, 2010.
4. Reichert P.: Techniki badania palpacyjnego. Galaktyka, Łódź, 2018.
5. Buckup K.: Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, 2014.

Dodatkowa

1. Ronikier A.: Diagnostyka funkcjonalna w fizjoterapii. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, 2014.
2. Wytrążek M. : Masaż tkanek głębokich. WSEiT, Poznań, 2014.
3. Richter P., Hebgen E.: Punkty spustowe i łańcuchy mięśniowo-powięziowe. Galaktyka, Łódź, 2014.

Standard kształcenia - efekty uczenia się

Kod	Treść
C.U1	przeprowadzić badanie podmiotowe, badanie przedmiotowe oraz wykonywać podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla fizjoterapii, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej
C.U8	zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii
C.W2	mechanizmy zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem
C.W7	teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii
O.K5	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych
O.U1	wykonywać zabiegi z zakresu fizykoterapii, kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii
O.U4	kontrolować efekty postępowania fizjoterapeutycznego
O.W1	problematykę z zakresu dyscypliny naukowej - nauki biologiczne w tym rozwój, budowę i funkcje organizmu człowieka w warunkach prawidłowych i patologicznych
O.W6	wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii i masażu, kinezyterapii i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii