

WSPiA im. Mieszka I
WYDZIAŁ ZDROWIA PUBLICZNEGO –
KIERUNEK WYCHOWANIE FIZYCZNE
STUDIA I STOPNIA

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

Część I – informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: Drenaż limfatyczny w sporcie					
1. Kod przedmiotu:1WF-III/5-56SD		2. Liczba punktów ECTS:3			
3. Kierunek:	Wychowanie fizyczne	7. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	ćwiczenia /inne akt.
4. Specjalność:		8. Studia stacjonarne:	30	10	20
5. Rok studiów	III	9. Studia niestacjonarne:	18	6	12
6. Semestr:	V	10. Poziom studiów:	I		
Prowadzący (imię nazwisko, tytuł/stopień naukowy; mail kontaktowy):					
11. Forma zaliczenia:	Zaliczenie	12. Język wykładowy:	Polski		

Część II – informacje szczegółowe

1.Cele przedmiotu /cele kształcenia 5 – 10 (intencje wykładowcy):	
C 1.	Przekazanie zasad stosowania masażu limfatycznego w odnowie biologicznej i sporcie
C 2.	Podanie wiedzy jakie są wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu limfatycznego
C 3.	Kształtowanie praktycznych umiejętności z zakresu technik stosowanych w masażu limfatycznym
C 4.	Podanie metodyki zabiegu drenażu limfatycznego różnych części ciała
C 5.	Rozwinięcie umiejętności stosowania drenażu limfatycznego wybranych części ciała oraz masażu całościowego
2. Wymagania wstępne: Wiedza teoretyczna z anatomii.	

3. Efekty kształcenia wybrane dla przedmiotu (kierunkowe, specjalnościowe, specjalizacyjne):				
<i>W zakresie wiedzy</i>				
Symbol	Symbol		Sposób	Symbol

kierunkowego efektu kształcenia	przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego (Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów kształcenia student:)	weryfikacji efektu	postawionego celu/ów
K1A_W20 K1A_W08SD	P56SD-W01	Posiada wiedzę teoretyczną w zakresie drenażu limfatycznego (wskazania, przeciwwskazania, metodykę wykonywania itp.)	Zaliczenie	C1, C2,
K1A_W20 K1A_W08SD	P56SD-W02	Zna zasady stosowania masażu limfatycznego w sporcie	Zaliczenie	C2
W zakresie umiejętności				
Symbol kierunkowego efektu kształcenia	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K1A_U18 K1A_U03SD	P56SD-U01	Analizuje jakość wykonywanych zabiegów z zakresu drenażu limfatycznego	Dyskusja	C3, C4, C5
K1A_U18 K1A_U03SD	P56SD-U02	Przewiduje skutki przebiegu różnego rodzaju dysfunkcji oraz stanów chorobowych, a także określonego postępowania usprawniającego opartego na technikach masażu limfatycznego	Zaliczenie	C1, C2
K1A_U18 K1A_U05SD	P56SD-U03	Posiada umiejętność wykorzystywania wiedzy z zakresu manualnego drenażu limfatycznego w działalności zawodowej	Zaliczenie	C3, C4, C5
K1A_U18 K1A_U03SD K1A_U05SD	P56SD-U04	Posiada umiejętność planowania zabiegu drenażu limfatycznego u sportowców	Zaliczenie	C1, C2, C3, C4, C5
W zakresie kompetencji społecznych				
Symbol kierunkowego efektu kształcenia	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K1A_U18 K1A_KS01SD	P56SD-K01	Wykazuje kreatywność w doborze odpowiedniego zabiegu masażu poprzez ciągłe doksztalcanie.	Obserwacja	C1, C2, C3, C4, C5
K1A_K08 K1A_KS02SD	P56SD-K02	Gotów do pracy zespołowej przy konkretnym zawodniku lub grupie zawodników.	Obserwacja	C1, C2, C3, C4, C5
K1A_K07 K1A_KS03SD	P56SD-K03	Okazuje szacunek wobec sportowców	Obserwacja	C1, C2, C3, C4, C5

4. Treści programowe:

Symbol treści programowych kształcenia	Treści programowe (2 godz. lekcyjne na jeden temat; nie wpisuje się do treści zajęć organizacyjnych oraz egzaminu i zaliczenia)	Odniesienie do efektów kształcenia
T1	Anatomiczne i fizjologiczne podstawy masażu limfatycznego.	K1A_W20, K1A_U18, K1A_K01, K1A_K07, K1A_K08 K1A_W08SD K1A_U03SD K1A_U05SD K1A_KS01SD K1A_KS02SD K1A_KS03SD
T2	Wpływ masażu limfatycznego na organizm.	
T3	Cel i zadania wykonywania zabiegu masażu limfatycznego w odnowie biologicznej i sporcie.	
T4	Zasady i warunki stosowania masażu limfatycznego	
T5	Diagnostyka przed masażem limfatycznym. przeciwwskazania do wykonywania masażu limfatycznego.	
T6	Techniki stosowane w masażu limfatycznym.	
T7	Metodyka drenażu limfatycznego w odnowie biologicznej.	
T8	Masaż limfatyczny grzbietu.	
T9	Masaż limfatyczny klatki piersiowej.	
T10	Masaż limfatyczny brzucha.	
T11	Masaż limfatyczny kończyny górnej.	
T12	Masaż limfatyczny kończyny dolnej.	
T13	Całościowy zabieg masażu limfatycznego.	

5. Metody prowadzenia zajęć:

Wykład, prezentacja multimedialna, pokaz, rozwiązywanie problemów, Dyskusja. Ćwiczenia praktyczne.

Metody oceniania (test wiedzy, test umiejętności, studium przypadku, zaprezentowanie sposobu postępowania, projekt):

Test wiedzy, test umiejętności

Warunki zaliczenia:

Typ oceniania: diagnostyczne (D), formujące (F), podsumowujące (P): podsumowujące, formujące
kryteria oceny:

Obecność na ćwiczeniach, uzyskanie pozytywnych ocen z zaliczenia praktycznego i teoretycznego. Praktyczne zaliczenie ćwiczeń na ocenę
Testowe zaliczenie tematyki wykładów na ocenę

6. Literatura (podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez studentów a nie wykorzystywane przez wykładowcę)

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Zborowski, A.: drenaż limfatyczny. Kraków: A-Z, 2008	
Magiera, L.; Walaszek, R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Kraków: Biosport, 2011	
Magiera, L.: Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej. Kraków: Bio-styl, 2009	

7. Kalkulacja ECTS

(na podstawie poniższego przykładu)

Forma aktywności/obciążenie studenta	Godziny na realizację	
	St. stacjonarne	St. niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą	30	18
Praca własna studenta	20	32
Studia literaturowe	10	10
Przygotowanie prezentacji	10	10
SUMA GODZIN	70	70
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA MODUŁU (PRZEDMIOTU)	3	