

KARTA PRZEDMIOTU										Nabór: 2022/2023							
Moduł					IV. PRZEDMIOTY DO WYBORU												
Kod przedmiotu					PdW-SPA												
Nazwa przedmiotu					w języku polskim					SPA, Wellnes i odnowa biologiczna							
					w języku angielskim					Spa, wellness and biological regeneration							
USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW																	
Kierunek studiów					Kosmetologia												
Forma studiów					stacjonarne												
Poziom studiów					studia pierwszego stopnia												
Profil studiów					praktyczny												
Specjalność					-												
Jednostka prowadząca przedmiot					Wydział Nauk o Zdrowiu												
Osoba odpowiedzialna za przedmiot-koordynator przedmiotu					Imię i nazwisko							Kontakt					
					Koordynator przedmiotu i nauczyciel prowadzący zajęcia: mgr Sandra Moderacka							- s.moderacka@mazowiecka.edu.pl spotkanie bezpośrednie według harmonogramu dyżurów					
Termin i miejsce odbywania zajęć					Forma zajęć				Miejsce realizacji				Termin realizacji				
					Wykłady, ćwiczenia, praca własna studenta pod kierunkiem nauczyciela (samokształcenia)				Zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych Wydziału Nauk o Zdrowiu Akademii Mazowieckiej w Płocku, Plac Dąbrowskiego 2				Rok III - semestr zimowy				
OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU																	
Status przedmiotu/przynależność do modułu					Moduł: przedmiot do wyboru, przedmiot fakultatywny												
Język wykładowy					polski												
Semestry, na których realizowany jest przedmiot													V				
Wymagania wstępne					Znajomość zagadnień z fizjoterapii i masażu, biofizyki, fizjologii, patofizjologii, anatomii												
FORMY, SPOSOBY I METODY PROWADZENIA ZAJĘĆ																	
Formy zajęć	Wykład		Ćwiczenia		Lektorat		Konwersatorium		Seminarium		ZP		PZ		Samokształcenie		
	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	
Liczba godzin 75	15	10-VI (10** + 5***)	20	20-V											40	40-V	
Sposób realizacji zajęć					<p>Wykłady (na terenie uczelni i za pomocą Platformy MS Teams) dla wszystkich studentów danego roku. Wielkość jednostki zajęć 45 min., max 5 godz. dydaktycznych w bloku tematycznym</p> <p>Ćwiczenia na terenie uczelni dla w grupach max. 20 osobowych. Wielkość jednostki zajęć 45 min., max 5 godz. dydaktycznych w bloku tematycznym.</p> <p>Praca własna studenta pod kierunkiem nauczyciela (SAMOKSZTAŁCENIE) student realizuje indywidualnie zgodnie z ustaloną tematyką zajęć.</p>												

Sposób zaliczenia zajęć		<p>Uwaga: weryfikacja efektów uczenia się w ramach wszystkich zajęć odbywa się w oparciu o metody i formy wynikające ze standardu kształcenia tj.:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się odbywa się z zastosowaniem zróżnicowanych form sprawdzania, adekwatnych do kategorii wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, których dotyczą te efekty. 2. Osiągnięte efekty uczenia się w zakresie wiedzy są weryfikowane za pomocą egzaminów pisemnych lub ustnych. 3. Jako formy egzaminów pisemnych można stosować eseje, raporty, krótkie ustrukturyzowane pytania, testy wielokrotnego wyboru (Multiple Choice Questions, MCQ), testy wielokrotnej odpowiedzi (Multiple Response Questions, MRQ), testy wyboru Tak/Nie lub dopasowania odpowiedzi. 4. Egzaminy są standaryzowane i są ukierunkowane na sprawdzenie wiedzy na poziomie wyższym niż sama znajomość zagadnień (poziom zrozumienia zagadnień, umiejętność analizy i syntezy informacji oraz rozwiązywania problemów). 5. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się w kategorii umiejętności obejmują bezpośrednią obserwację studenta demonstrującego umiejętności na zajęciach praktycznych <p>Zaliczenie z oceną z całości przedmiotu – treści z całości przedmiotu – test uwzględniający także pytania/zagadnienia sprawdzające wiedzę z zakresu treści kształcenia realizowanych na terenie Uczelni oraz z wykorzystaniem MS Teams lub innych platform kształcenia synchronicznego.</p> <p>Wykłady: stuprocentowa obecność na zajęciach</p> <p>Ćwiczenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stuprocentowa obecność na zajęciach - aktywny udział w ćwiczeniach - zaliczanie umiejętności bieżących zdobywanych podczas realizacji ćwiczeń <p>Zajęcia bez udziału nauczyciela (SAMOKSZTAŁCENIE): zaliczenie prac zleconych przez nauczyciela prowadzącego, ocena po zakończeniu wykonanej pracy przez studenta (praca problemowa w pliku Word lub prezentacja multimedialna Power Point przygotowana wg wytycznych oraz po ustaleniu z nauczycielem prowadzącym).</p>			
Metody dydaktyczne		<p>Wykłady i ćwiczenia: wykład informacyjny z elementami pogadanki, prezentacje multimedialne, ćwiczenia z prezentacją multimedialną, filmy poglądowe, dyskusja, praca w parach.</p> <p>Samokształcenie: przygotowanie do zajęć, studiowanie literatury praca własna studenta, prezentacja multimedialna Power Point lub praca problemowa w pliku Word zgodnie z wytycznymi i ustaleniami z nauczycielem prowadzącym, dyskusja dydaktyczna.</p>			
Przedmioty powiązane/ moduł		Podstawy fizjoterapii i masażu, Biofizyka, Fizjologia, Patofizjologia, Anatomia			
Wykaz literatury	Podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kasprzak W., Mańkowska A. — Fizjoterapia w kosmologii i medycynie estetycznej, Warszawa, 2012, PZWL. 2. Kasprzak W., Mańkowska A. – Fizjoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA, Warszawa, 2010, PWZL 3. Gieremek K., Dec L. — Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, Katowice, 2007, HAS-MED. 			
	Uzupelniająca	1. Kochański J.W. - Balneologia i hydroterapia, Wrocław, 2002, Wydawnictwo AWF			
CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ					
Cele przedmiotu (ogólne, szczegółowe)					
<p>C1. Zapoznanie studenta z podstawowymi pojęciami, aparaturą i zabiegami stosowanymi w odnowie biologicznej na różnych jej poziomach</p> <p>C2. Zapoznanie studenta z możliwościami wykorzystania zabiegów odnowy biologicznej w pracy kosmetologa i możliwościami stosowania tych zabiegów na poziomie gabinetu</p>					
Treści programowe a efekty uczenia się					
Efekty uczenia się (kody)		Forma zajęć	Temat	Liczba godzin	Suma liczby godzin
Kierunkowe	Przedmiotowe				

K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	W	Wykład 1: Definicja pojęć: spa, Wellness oraz odnowa biologiczna. Podstawowe zasady stosowania zabiegów odnowy biologicznej. Skutki uboczne zabiegów odnowy biologicznej. Aromaterapia, muzykoterapia i chromoterapia jako formy wspomagające odnowę biologiczną organizmu. Wskazania i przeciwwskazania. Dobieranie olejków eterycznych do zabiegów.	5	10
		SAM.		5	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	W	Wykład 2: Zabiegi fizykoterapeutyczne w SPA z zakresu hydroterapii, światłoterapii i termoterapii - oddziaływanie na organizm, metodyka zabiegu, formy terapii, aparatura, wskazania i przeciwwskazania.	5	10
		SAM.		5	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	W	wykład 3: Zabiegi fizykoterapeutyczne w SPA z zakresu ultradźwięków, elektroterapii i laseroterapii - oddziaływanie na organizm, metodyka zabiegu, formy terapii, aparatura, wskazania i przeciwwskazania. Aromaterapia, muzykoterapia i	5	10
		SAM.		5	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	Ćw	Ćw1: Zabiegi fizykoterapeutyczne w SPA z zakresu peloidoterapii - oddziaływanie na organizm, metodyka zabiegu, formy terapii, wskazania i przeciwwskazania. Zabieg borowinowy.	5	5
		SAM.		0	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	Ćw	Ćw2: Zabieg czekoladowy z elementem masażu relaksacyjnego.	5	5
		SAM.		0	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	Ćw	Ćw3: Zabieg z wykorzystaniem aparatury.	5	5
		SAM.		0	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	Ćw	Ćw4: Powtórzenie wybranych zabiegów.	5	5
		SAM.		0	
K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	PdW-SPA_W01- W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	SAM.	SAMOKSZTAŁCENIE: Test na platformie e-learningowej – 20 pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru	5	5

Efekty uczenia się

Kod	Liczba godzin	Forma zajęć	Suma liczby godzin	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do efektów uczenia się
				w zakresie WIEDZY	dla kierunku
PdW-SPA_ W01	10	Ćw	50	Zna zasady stosowania zabiegów odnowy biologicznej	K_W10
	10	W			
	30	S			
PdW-SPA_ W02	10	Ćw	50	Zna wybrane techniki i zabiegi odnowy biologicznej	K_W10
	10	W			
	30	S			
PdW-SPA_ W03	10	Ćw	50	Zna wpływ wysokich i niskich temperatur, dźwięków, światła, borowin i innych elementów stosowanych w odnowie biologicznej na organizm człowieka	K_W07
	10	W			
	30	S			

				w zakresie UMIEJĘTNOŚCI							
PdW-SPA_ U01	15	Ćw	50	Potrafi wybrać, zaplanować i wykonać w warunkach gabinetowych wybrane zabiegi odnowy biologicznej						K_U07, K_U10	
	10	W									
	25	S									
				w zakresie KOMPETENCJI							
PdW-SPA_ K01	15	Ćw	50	Okazuje szacunek dla klienta. Potrafi zapewniać pełen komfort psychiczny podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych. Potrafi taktownie i skutecznie odmówić wykonania zabiegu kosmetycznego w przypadku rozpoznania schorzeń, które stanowią przeciwwskazanie do jego zastosowania.						K_K02	
	10	W									
	25	S									
Realizacja efektów uczenia się w poszczególnych formach											
KOD		Student, który zaliczył przedmiot									
		w zakresie WIEDZY									
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-SPA_ W01	K_W10	+	+						+		
PdW-SPA_ W01	K_W10	+	+						+		
PdW-SPA_ W01	K_W07	+	+						+		
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI											
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-SPA_ U01	K_U07, K_U10	+	+						+		
w zakresie KOMPETENCJI											
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-SPA_ K01	K_K09	+	+						+		
Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się											
na ocenę 3,0		na ocenę 3,5			na ocenę 4,0		na ocenę 4,5		na ocenę 5,0		

<p>60-70% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada niepełną podstawową wiedzę i umiejętności związane z przedmiotem, - ma duże trudności z wykorzystaniem zdobytych informacji, - opanował efekty uczenia się w stopniu dostatecznym. - prezentuje niewielkie zainteresowanie zagadnieniami zawodowymi. 	<p>71-75% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada podstawową wiedzę i umiejętności pozwalające na zrozumienie większości zagadnień z danego przedmiotu, - ma trudności z wykorzystaniem zdobytych informacji; - opanował efekty uczenia się w stopniu zadowalającym. - wykazuje poczucie odpowiedzialności za zdrowie i życie pacjentów, przejawia chęć doskonalenia zawodowego. 	<p>76-85% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada wiedzę i umiejętności w zakresie treści rozszerzających pozwalające na zrozumienie zagadnień objętych programem kształcenia - prawidłowo choć w sposób nieusystematyzowany prezentuje zdobytą wiedzę i umiejętności, dostrzega błędy popełniane przy rozwiązywaniu określonego zadania; opanował efekty uczenia się w stopniu dobrym. - wykazuje pełne poczucie odpowiedzialności za zdrowie i życie pacjentów, przejawia chęć ciągłego doskonalenia zawodowego. 	<p>86-90% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada wiedzę i umiejętności w zakresie treści rozszerzających pozwalające na zrozumienie zagadnień objętych programem kształcenia - prezentuje prawidłowy zasób wiedzy, dostrzega i koryguje błędy popełniane przy rozwiązywaniu określonego zadania; efekty uczenia się opanował na poziomie ponad dobrym. - jest odpowiedzialny, sumienny, odczuwa potrzebę stałego doskonalenia zawodowego. 	<p>91-100% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - dysponuje pełną wiedzą i umiejętnościami przewidzianymi w programie kształcenia w zakresie treści dopełniających, - samodzielnie rozwiązuje problemy i formułuje wnioski, potrafi prawidłowo argumentować i dowodzić swoich racji; efekty uczenia się opanował na poziomie bardzo dobrym. - jest zaangażowany w realizację przydzielonych zadań, odpowiedzialny, sumienny, odczuwa potrzebę stałego doskonalenia zawodowego.
--	--	---	---	--

KRYTERIA OCENY PRAC PISEMNYCH Z ZAKRESU SAMOKSZTAŁCENIA REALIZOWANEGO PRZEZ STUDENTA W RAMACH ZAJĘĆ BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA

L.p. KRYTERIA LICZBA PUNKTÓW

NAUCZYCIEL STUDENT

I. Wykazanie wiedzy i zrozumienia tematu.	0 - 5	0 - 5
II. Zgodność formułowanych wypowiedzi ze stanem aktualnej wiedzy kosmetycznej i innej.	0 - 5	0 - 5
III. Poprawność terminologiczna i językowa.	0 - 4	0 - 4
IV. Logiczny układ treści.	0 - 2	0 - 2
V. Dobór literatury.	0 - 2	0 - 2
OGÓLEM LICZBA UZYSKANYCH PUNKTÓW	0 - 18	0 - 18

SKALA OCEN WG ZDOBYTEJ PUNKTACJI:

10 pkt i poniżej 10 pkt - praca niezaliczona
powyżej 10 pkt – praca zaliczona

Metody oceny (F- formułująca, P- podsumowująca)

Ocena formułująca F

- F1. Wypowiedzi studenta świadczące o zrozumieniu lub brakach w zrozumieniu treści omawianych
- F2. Pytania zadawane przez studenta świadczące o poziomie wiedzy i zainteresowania problematyką
- F3. Aktywność poznawcza studenta- znajomość literatury przedmiotu, samodzielne wyciąganie wniosków
- F4. Przygotowanie wcześniejsze materiału i zaprezentowanie go przez studenta na zajęciach

Ocena podsumowująca P

- P1. Ocena z pracy na zajęciach
- P3. Ocena z zaliczenia końcowego

	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Projekt	Kolokwium	Zadania domowe	Referat/ prezentacja	Umiejętności praktyczne	Diskusje
F				50%				50%
P		50%					50%	

Metody weryfikacji efektów uczenia się

UWAGA: Weryfikacja efektów uczenia się w ramach wszystkich zajęć odbywa się w oparciu o metody i formy wynikające ze standardu kształcenia tj.

1. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się odbywa się z zastosowaniem zróżnicowanych form sprawdzania, adekwatnych do kategorii wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, których dotyczą te efekty.
2. Osiągnięte efekty uczenia się w zakresie wiedzy są weryfikowane za pomocą egzaminów pisemnych lub ustnych.
3. Jako formy egzaminów pisemnych można stosować eseje, raporty, krótkie ustrukturyzowane pytania, testy wielokrotnego wyboru (Multiple Choice Questions, MCQ), testy wielokrotnej odpowiedzi (Multiple Response Questions, MRQ), testy wyboru Tak/Nie lub dopasowania odpowiedzi.
4. Egzaminy są standaryzowane i są ukierunkowane na sprawdzenie wiedzy na poziomie wyższym niż sama znajomość zagadnień (poziom zrozumienia zagadnień, umiejętność analizy i syntezy informacji oraz rozwiązywania problemów).
5. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się w kategorii umiejętności obejmują bezpośrednią obserwację studenta demonstrującego umiejętność w czasie obiektywnego standaryzowanego egzaminu klinicznego (Objective Structured Clinical Examination, OSCE), który może stanowić formę egzaminu dyplomowego.

		Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Projekt	Kolokwium	Sprawozdanie	Referat/ prezentacja	Inne
Efekty uczenia się (kody)	Przedmiotowe		PdW-SPA_W01-W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01		PdW-SPA_W01-W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01		PdW-SPA_W01-W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01	PdW-SPA_W01-W03 PdW-SPA_U01 PdW-SPA_K01
	Kierunkowe		K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09		K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09		K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09	K_W10, K_W07 K_U07, K_U10 K_K09

Punkty ECTS

Forma aktywności	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne (h)	Punkty ECTS*

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:

Formy zajęć	Wykłady (na terenie uczelni + e-learning)	15h (10**+5***)	0,6 (0,4** + 0,2***)
		Ćwiczenia	20 h
Konsultacje przedmiotowe		-	-

Nakład pracy własnej studenta

Przygotowanie się do zaliczenia/zdawanie egzaminu	40 h	1,6
Przygotowanie się do kolokwium zaliczeniowego		
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury		
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji		
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta:		3

* 1 punkt ECTS = 25-30 godzin pracy przeciętnego studenta.

Liczba punktów ECTS = 50 godz. : 25 godz. = 2 ECTS i 50 godz.: 30 godz. = 1,6 ECTS (średnio 2 pkt. ECTS)

** Wykłady na terenie uczelni

*** Wykłady e-learning