

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia		TERAPIA FIZYKALNA I SPA				
2. Nazwa jednostki		Wydział Nauk o Zdrowiu, Zakład Fizjoterapii				
3. Grupa treści kształcenia		---				
4. Typ przedmiotu		Do wyboru				
5. Poziom studiów		Jednolite studia magisterskie				
6. Liczba punktów ECTS		2				
7. Poziom przedmiotu		Średnio-zaawansowany				
8. Rok studiów, semestr		II rok, semestr III				
9. Liczba godzin w semestrze		Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.
		15	15			
10. Język wykładowy:		polski				
11. Wykładowca (wykładowcy)		Agata Poczarska-Głos, dr				
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12. Wymagania wstępne						
1) Student powinien znać podstawy anatomii i fizjologii człowieka oraz założenia zdrowia publicznego, promocji zdrowia i profilaktyki zdrowotnej oraz wykazać się znajomością w zakresie podstaw fizjoterapii ogólnej.						
13. Cele przedmiotu						
C1 Zapoznanie studenta z holistycznym nurtem pielęgnacji ciała opartym na filozofii spa i wellness.						
C2 Zapoznanie studenta z infrastrukturą i funkcjonowaniem ośrodków SPA, Day SPA, MEDI – SPA i gabinetów SPA & Wellness w kraju i zagranicą oraz zakładów lecznictwa uzdrowiskowego. Nabycie przez studenta podstawowej wiedzy z zakresu organizacji i prowadzenia ośrodków odnowy biologicznej, wellness i spa oraz ZLU i standardami obsługi kuracjuszy i klientów.						
C3 Zapoznanie studenta z właściwościami naturalnych surowców leczniczych (balneologicznych) oraz metodyką wykonania zabiegów fizjoterapeutycznych i z zakresu odnowy biologicznej wykonywanych w ośrodkach spa i wellness. Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy manualnej (bezpośredniego kontaktu) z klientem oraz przy zastosowaniu specjalistycznej aparatury.						
C4 Zaznajomienia studenta z budową, przeznaczeniem i zastosowaniem aparatury specjalistycznej z zakresu terapii fizykalnych oraz urządzeń spa.						
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych***						
Student, który zaliczył przedmiot:					odniesienie do ogólnych efektów uczenia się	
WIEDZA						
EU01 zna koncepcję i założenia Spa i Wellness. Potrafi wskazać różnicę w rozwoju tej dziedziny na przestrzeni lat. (B.W11, C.W17)					K_W11	

EU02 potrafi scharakteryzować ośrodki SPA, Day SPA, MEDI – SPA i gabinety SPA & Wellness oraz inne ośrodki świadczące usługi z tego zakresu. (B.W11, C.W17)	K_W11
EU03 potrafi wymienić i omówić właściwości naturalnych surowców leczniczych – balneologicznych oraz zabiegi lecznicze i profilaktyczne z zakresu odnowy biologicznej wykonywane z ich użyciem. (C.W9)	K_W05
EU04 zna przeznaczenie i zastosowanie aparatury specjalistycznej do wykonywania zabiegów z zakresu terapii fizykalnych, zabiegów odnowy biologicznej, medycyny estetycznej oraz urządzeń spa & wellness. (C.W9)	K_W05
EU05 potrafi scharakteryzować zabiegi fizykalne i balneologiczne. Student zna zasady bezpieczeństwa i higieny podczas wykonywania zabiegów z wykorzystaniem specjalistycznej aparatury spa i urządzeń wellness w indywidualnej i grupowej pracy z klientem (również manualnej - bezpośredniego kontaktu). (C.W3, C.W9, C.W10)	K_W05, K_W06
UMIEJĘTNOŚCI	
EU06 potrafi wskazać najlepiej prosperujące krajowe i zagraniczne ośrodki spa i wellness, korzystając z folderów, informatorów i stron internetowych miejscowości uzdrowiskowych i ośrodków spa oraz zaproponować konkretny ośrodek spa i dobrać odpowiedni program profilaktyczny/ regeneracyjny/ rekreacyjno-regeneracyjny/ pakiet zabiegowy adekwatnie do potrzeb indywidualnych klientów i/lub różnych grup społecznych z uwzględnieniem: stanu zdrowia, upodobań, wydolności fizycznej i zdolności motorycznych oraz statusu społecznego adresatów. (A.U14, B.U4, B.U6, B.U10, C.U13)	K_U02, K_U07, K_U10, K_U11, K_U13
EU07 potrafi zaproponować i dostosować, opierając się na wywiadzie i obserwacji, adekwatnie do wskazań i przeciwwskazań potencjalnego klienta, zabiegi balneologiczne, terapie fizykalne i spa. (A.U14, B.U4, B.U11, C.U13)	K_U02, K_U07, K_U10, K_U11
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU08 potrafi określić potrzeby potencjalnego klienta w zakresie doboru zabiegów spa lub/i programów profilaktycznych, rekreacyjno-regeneracyjnych na podstawie wywiadu oraz uzasadnić zaproponowany dobór form i zabiegów.	K_K1, K_K6
EU09 zgodnie z koncepcją spa & wellness prezentuje postawę dbałości zarówno o ciało jak i sferę emocjonalną, promując zdrowy styl życia.	K_K3, K_K5
EU10 potrafi zachować się w sposób kulturalny w odwiedzanym zakładzie leczniczym i ośrodku spa, stosując się do obowiązujących zasad bezpieczeństwa pracy i savoir-vivre. Wykazuje szacunek i zrozumienie dla kuracjuszy uzdrowiskowych oraz klientów korzystających z zabiegów. Docenia walory lecznicze i krajobrazowe miejscowości uzdrowiskowej, a w szczególności te znajdujące się w parku zdrojowym.	K_K1, K_K2, K_K4, K_K5
15. Treści programowe	
Forma zajęć - wykłady	
1. Historia i koncepcja Spa – Sanus per aquam. 2. Specyfika, funkcjonowanie i rodzaje ośrodków spa 3. Koncepcja wellness. Podstawowe pojęcia i rys historyczny. 4. Podstawy prawne funkcjonowania ośrodków spa, wellness w Polsce zgodnie z wytycznymi zalecanymi przez ISPA (International SPA Professional Association). 5. Specyfika ośrodków i klubów medi-spa (pakiety, oferty komercyjne). 6. Struktura organizacyjna i funkcjonowanie zakładów lecznictwa uzdrowiskowego. Miejsce spa i wellness w uzdrowisku. 7. Turystyka zdrowotna i inne formy realizacji koncepcji spa i wellness. Formy zdrowego stylu życia stanowiące podstawę ofert w ośrodkach spa i wellness tj.: racjonalne żywienie, różne formy aktywności fizycznej, psychoterapia i relaks, rekreacja turystyczna, pielęgnacja ciała (zabiegi upiększająco-rewitalizujące, najczęściej wykonywane w ośrodkach medi-spa (m.in. laser E-Light (IPL+RF), fala radiowa (Proslim RF), Endermologia). 8. Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze - istota balneologii i balneoterapii (wody mineralne, sole lecznicze, peloidy, gazy lecznicze). Właściwości lecznicze i zastosowanie. 9. Formy klimatoterapii w spa (helioterapia, aeroterapia, talasoterapia, subterraneoterapia).	

10. Hydroterapia w spa - rodzaje zabiegów wodnych (również na bazie wód leczniczych) stosowane w spa. Metodyka wykonania zabiegów, wskazania i przeciwwskazania. 11. Peloidoterapia w spa - charakterystyka wybranych zabiegów, wskazania i przeciwwskazania do wykonywania (fango, algi morskie, spirulina). 12. Termoterapia w spa. Wybrane zabiegi krioterapeutyczne wykorzystywane i spa: m.in. kriostymulacja kompresyjna, zabiegi z zastosowaniem roztworów i gazów chłodzących, peloidów, lodu, masaż lodem, ścieżka Kneipp'a, kriokomora, grotła śnieżna, studnia lodowa. 13. Termoterapia w spa. Wybrane zabiegi ciepłolecznice stosowane w spa: m.in. nagrzewania miejscowe, zabiegi z zastosowaniem wilgotnego ciepła, okłady, sauny (rasul, tepidarium, hamman, kapsuła spa), kąpiele parowe, maseczki rozgrzewające (guam, maska kolagenowa, lifingująca maska algowa). 14. Masaż w spa: masaż gorącymi kamieniami bazaltowymi, masaż kijkami bambusowymi, masaż stemplami, masaż czekoladą, masaż olejami. 15. Programowanie zabiegów fizykalnych i balneologicznych. Przegląd programów i pakietów zabiegowych w wiodących ośrodkach spa w Polsce. Omówienie przykładowych ofert zabiegowych.	
Forma zajęć – ćwiczenia	
1. Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze. Balneoterapia – kąpiele i półkąpiele lecznicze (solankowe, siarczkowo-siarkowodorowe, kwasowęglowe, ozonowe, radoczynne, termalne), krenoterapia, irygacje i inhalacje. Sole lecznicze: sól kłodawska, iwonicka, bocheńska, solanka borowinowa, szlam i ług leczniczy (okłady i zawijania solankowe, półkąpiele solankowe, inhalacje). Pokaz i charakterystyka wybranych zabiegów z wykorzystaniem soli leczniczych (inhalacje, okłady, półkąpiele solankowe). Właściwości lecznicze i zastosowanie. 2. Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze. Peloidoterapia – pokaz i charakterystyka wybranych zabiegów z wykorzystaniem borowiny i fango (okłady i zawijania). Właściwości lecznicze i zastosowanie. 3. Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze. Hydroterapia – pokaz i charakterystyka wybranych zabiegów z zakresu wodolecznictwa (hydromasaż - masaż wirowy całościowy, masaż wirowy kończyn dolnych i górnych, masaż podwodny ruchomym natryskiem biczowym). Właściwości lecznicze i zastosowanie. 4. Wyjazd do Uzdrowiska i Spa Nałęczów (8 godz. dyd.) – spacer po parku zdrojowym i omówienie specyfiki uzdrowiska tj.: organizacji i funkcjonowania, infrastruktury zakładów leczniczych i ośrodków spa oraz kierunków leczniczych uzdrowiska i występujących tam naturalnych surowców leczniczych – balneologicznych oraz zapoznanie z zbiegami wykonywanymi w zakładach leczniczych: „Stare Łazienki”, „Księżę Józef”, „Werandki” i ośrodkach spa: „Termy Pałacowe”, „Pawilon Angielski”, „Atrium”. Korzystanie z kompleksu wodnego Atrium (kąpiele wirowe, sauna sucha i sauna parowa, basen białej glinki). Opcjonalnie wyjazd do Spa „Zamku Biskupiego” w Janowie Podlaskim.	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Wykład informacyjny i konwersatoryjny	
2. Dyskusja	
3. Prezentacje multimedialne	
4. Filmy dydaktyczne	
5. Pokaz i objaśnienie	
6. Katalogi ośrodków spa i wellness	
7. Studiowanie literatury przedmiotu	
8. Wyjazd do Uzdrowiska i Spa Nałęczów / Spa „Zamek Biskupi” Janów Podlaski	
9. Konsultacje	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność i aktywność na zajęciach– udział w dyskusji na wykładach / udział w zajęciach wyjazdowych	
F2. Opracowanie autorskiego programu profilaktycznego/ regeneracyjnego/ rekreacyjno-regeneracyjnego wraz z zabiegami spa dla wybranej jednostki lub grupy społecznej.	
P1. Zaliczenie końcowe z oceną na podstawie testu z treści realizowanych na wykładach	
P2. Zaliczenie końcowe z oceną z ćwiczeń	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności

Godziny kontaktowe z nauczycielem**	34
Nakład pracy studenta:	
Przygotowanie się do ćwiczeń	10
Przygotowanie do zaliczenia końcowego	6
SUMA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Kasprzak W. P., Mańkowska A. 2008, Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, wyd. 1.	
2) Straburzyńska – Lupa A., Straburzyński G. 2000, Medycyna fizykalna. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa,	
3) Ponikowska I. (2015), Encyklopedia balneologii i medycyny fizykalnej oraz bioklimatologii, balneochemii i geologii uzdrowiskowej. Wydawnictwo Aluna, Konstancin Jeziorna.	
4) Ponikowska I. (2018), Wielka księga balneologii, medycyny fizykalnej i uzdrowiskowej. T. 2, Część kliniczna. Wydawnictwo Aluna, Konstancin Jeziorna.	
Literatura uzupełniająca:	
1) Hadzik A. (2009), Turystyka zdrowotna uzdrowisk. Wydawnictwo AWF Katowice.	
2) Hadzik A. (2011), Turystyka i rekreacja uzdrowiskowa. Wydawnictwo AWF Katowice .	
3) Ponikowska I. (2007), Kompendium balneologii : rekomendacje krajowego konsultanta. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.	
4) Biernat E., Sempolska K., Shmakova N. (2019): Are the 100 best spa hotels in poland really spa centers? Czy 100 najlepszych hoteli spa w polsce to rzeczywiście ośrodki spa? Health Problems of Civilization, vol. 13, Iss. 3, p. 225-232 (https://www.termedia.pl/Czy-100-najlepszych-hotelu-spa-w-Polsce-to-rzeczywiscie-osrodki-spa-99,35970,1,0.html)	
5) Abram M., Kosińska A. (2020): Problemy związane z typologią obiektów spa i wellness na świecie i w Polsce. Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Turystyki i Ekologii R. IX, t. 17, nr 1, s. 5-20. (http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.ekon-element-000171611093)	
20. Formy oceny – szczegóły	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną. Procentowy podział ocenianych efektów w kategoriach wiedza, umiejętności, kompetencje: W – 80%, U – 15%, K – 5% Zaliczenie pisemne z treści wykładów: - Czas trwania 30 minut - 20 pytań testowych, zamkniętych jednokrotnego wyboru z treści obejmujących tematykę wykładów. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi. Każde pytanie oceniane jest w skali od 0 do 1 pkt - maksymalnie student może uzyskać 20 pkt., minimalnie 12 pkt. Punktacja: • 0 – 11 pkt - niedostateczny (2,0) • 12 – 13 dostateczny (3,0) • 14 – 15 dostateczny plus (3,5) • 16 – 17 dobry (4,0) • 18 – 19 dobry plus (4,5) • 20 – bardzo dobry (5,0) Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest opracowanie autorskiego programu profilaktycznego/ regeneracyjnego/ rekreacyjno-regeneracyjnego wraz z zabiegami spa dla wybranej jednostki lub grupy społecznej. Praktyczne i czynne uczestnictwo w zajęciach wyjazdowych, odbywających się w Uzdrowisku i Spa Nałęczów lub w Spa „Zamek Biskupi” w Janowie Podlaskim.	
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Informacji o treściach programowych udziela prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji	

2. Zajęcia będą się odbywały w sali wykładowej oraz pracowniach: masażu i odnowy biologicznej 10H i pracowni hydroterapii 05H w PSW w Białej Podlaskiej oraz w Uzdrowisku i Spa Nałęczów w Nałęczowie / Spa „Zamek Biskupi” w Janowie Podlaskim
3. Zajęcia będą się odbywały zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje będą się odbywały zgodnie z obowiązującym terminarzem

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**

*** - w nawiasach zamieszczono odniesienie do szczegółowych efektów uczenia się w zakresie wiedzy i umiejętności - Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dn. 26 lipca 2019 r. w sprawie standardu kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty (Dz. U. z 2019 r. poz. 1573)