

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2012/2013

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Zarządzanie Ośrodkami SPA

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Odnowa biologiczna i inne usługi SPA
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Biological Regeneration and other SPA Services
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ASSP4
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
3	15	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell1 Nabycie niezbędnej wiedzy o stosowanych współcześnie zabiegach odnowy biologicznej oraz SPA w hotelach Spa, gabinetach odnowy biologicznej i Spa wraz z umiejętnością planowania i zastosowania zabiegów służących intensyfikacji wypoczynku, poprawy wyglądu oraz samopoczucia organizmu człowieka.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Znajomość anatomii człowieka, fizjologicznych podstaw odnowy biologicznej, w tym fizjologii pracy i wypoczynku, znajomość oddziaływania na organizm człowieka oraz zastosowania biomedycznych środków odnowy biologicznej.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Szczegółowa znajomość biochemicznych i fizjologicznych mechanizmów zmęczenia oraz restytucji i regeneracji organizmu człowieka. Zdefiniowanie zadań dla odnowy biologicznej poza sportem wyczynowym, ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji, sfery oddziaływań na samopoczucie oraz wygląd człowieka. Znajomość nowych kierunków rozwoju Spa z uwzględnieniem zasad i metodyki stosowania zabiegów w Spa.

EK2 Wiedza: Nabycie umiejętności identyfikacji potrzeb klientów w zakresie oddziaływania środków odnowy psychosomatycznej, Spa i kosmologii. Umiejętność doboru, planowania i programowania procesów odnowy biologicznej w rekreacji oraz Spa, z wykorzystaniem dostępnych środków. Projektowanie gabinetów i stanowisk dla odnowy biologicznej i Spa.

EK3 Kompetencje społeczne: Potrafi zorganizować swoje stanowisko pracy i świadomie wykonywać obowiązki z nim związane. Stosuje się do ogólnych, obowiązujących w społeczeństwie zasad etycznych oraz norm właściwych dla swojej działalności. Jest odpowiedzialny w swojej pracy, dba o bezpieczeństwo klientów oraz własne.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Biochemiczne i fizjologiczne aspekty odnowy biologicznej.	4
W2	Spa-historia i rodzaje.	2
W3	Kierunki rozwoju usług Spa. Priorytety klientów Spa. Rodzaje zabiegów-oddziaływanie na organizm.	4
W4	Skóra-budowa, starzenie, czynniki środowiskowe i wewnętrzne przyspieszające procesy starzenia.	2
W5	Kosmologia w służbie Spa. Zastosowanie owoców i warzyw w kosmologii i Spa.	3
	RAZEM	15

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Spa w hotelu - argumenty za i przeciw.	2
C2	Gabinety Spa w hotelach oraz inne. Specyfika oferowanych zabiegów, projektowanie i wyposażenie obiektów SPA.	6
C3	Mechanizmy starzenia organizmu, wpływ środowiska zewnętrznego oraz czynniki wewnętrzne starzenia organizmu.	2
C4	Zmęczenie oraz niewłaściwie prowadzone procesy restytucyjne i regeneracyjne jako przyczyny przyspieszonego starzenia.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C5	Skóra - budowa, funkcje i właściwości. Starzenie skóry. Zabiegi przeciwstarzeniowe i poprawiające stan skóry twarzy oraz korygujące skórę twarzy.	6
C6	Zabiegi kształtujące sylwetkę oraz korygujące wady i niedoskonałości ciała.	6
C7	Elementy kosmetologii oraz farmakologii.	2
C8	Urządzenia stosowane w gabinetach odnowy biologicznej oraz ośrodkach SPA.	2
C9	Specjalista odnowy biologicznej i SPA.	2
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Ćwiczenia projektowe
- M2 Dyskusja
- M3 Prezentacje multimedialne
- M4 Wykłady
- M5 Projekty
- M6 Praca w grupach
- M7 Konsultacje

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	15
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	15
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Projekt zespołowy
F2	Referat
F3	Ćwiczenie praktyczne

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Kolokwium
P2	Średnia ważona ocen formułujących

**WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU**

1	Obecności na zajęciach,zaliczenie projektu zespołowego,pozytywna ocena z kolokwium końcowego
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	obecności na zajęciach,pozytywne zaliczenie projektu zespołowego,kolokwium końcowe - 55% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	obecności na zajęciach,zaliczenie projektu,kolokwium końcowe - 75% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	aktywność na zajęciach,obecności na zajęciach,zaliczenie projektu,kolokwium końcowe - 90% dobrych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	obecności na zajęciach,pozytywne zaliczenie projektu zespołowego,kolokwium końcowe - 55% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	obecności na zajęciach,zaliczenie projektu zespołowego,kolokwium końcowe - 75% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	obecności na zajęciach,zaliczenie projektu,kolokwium końcowe - 90% dobrych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	obecności na zajęciach,pozytywne zaliczenie projektu zespołowego,kolokwium końcowe - 55% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	obecności na zajęciach,referat z prezentacją multimedialną,kolokwium końcowe-75% dobrych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	obecności na zajęciach,bardzo dobry referat z prezentacją,aktywność na zajęciach,kolokwium końcowe na 90% dobrych odpowiedzi

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W01, K_W03	Cel1	W1 W2 W4 W5 C3 C4 C6 C8	M3 M4 M7	P1 P2
EK2	K_U04	Cel1	W1 W3 W4 W5 C1 C2 C5 C7 C8	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F3 P1 P2
EK3	K_K01, K_K02, K_K07	Cel1	W1 W2 W3 C1 C2 C3 C5 C6 C7 C9	M1 M2 M4 M5 M6	F1 F2 P1 P2

11 WYKAZ LITERATURY**LITERATURA PODSTAWOWA:**

- 1 Kasperczyk T.,Fenczyn J. — *Podręcznik odnowy psychosomatycznej*, Warszawa, 1996, PZWL
- 2 Kasprzak W.,Mańkowska A. — *Fizykoterapia,medycyna uzdrowiskowa i SPA*, Warszawa, 2008, PZWL
- 3 Geremek K.,Dec L. — *Zmęczenie i regeneracja sił.Odnowa biologiczna*, Katowice, 2000, HM



LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Szromek Andrzej** — *Uzdrowiska i ich znaczenie w gospodarce turystycznej*, Kraków, 2010, Proksenia

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Mirosław Szyndera (kontakt: miroslaw.szyndera@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Mirosław Szyndera (kontakt: miroslaw.szyndera@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....