

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2022/2023

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu BALNEOLOGIA I SPA / G

2. Nazwa kierunku FIZJOTERAPIA

3. Poziom studiów JEDNOLITE STUDIA MAGISTERSKIE

4. Liczba punktów ECTS 2

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
III	15	15				

6. Język wykładowy polski

7. Wykładowca Agata Pocztarska-Głos, dr

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. 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.

9. 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 Zaznajomienie studenta z budową, przeznaczeniem i zastosowaniem aparatury specjalistycznej z zakresu terapii fizykalnych oraz urządzeń spa.

10. 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.U7, B.U10, B.U11)	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)	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_K01, K_K06
EU09	zgodnie z koncepcją spa & wellness prezentuje postawę dbałości zarówno o ciało jak i sferę emocjonalną, promując zdrowy styl życia.	K_K03, K_K05
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_K01, K_K02, K_K04, K_K05
11. Treści programowe		
Forma zajęć – wykłady		
<ol style="list-style-type: none"> 1) Rys historyczny balneoterapii w Polsce. Struktura organizacyjna i funkcjonowanie zakładów lecznictwa uzdrowiskowego. Miejsce spa i wellness w uzdrowisku. 2) 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). 3) Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze - istota balneologii i balneoterapii (wody mineralne, sole lecznicze, peloidy, gazy lecznicze). Właściwości lecznicze i zastosowanie. 4) Formy klimatoterapii w spa (helioterapia, aeroterapia, talasoterapia, subterraneoterapia). 5) Historia i koncepcja Spa – Sanus per aquam. 6) Specyfika, funkcjonowanie i rodzaje ośrodków spa. 7) Koncepcja wellness. Podstawowe pojęcia i rys historyczny. 		

- 8) Podstawy prawne funkcjonowania zakładów lecznictwa uzdrowiskowego, ośrodków spa, wellness w Polsce zgodnie z wytycznymi zalecanymi przez ISPA (International SPA Professional Association).
- 9) Specyfika ośrodków i klubów medi-spa (pakiety, oferty komercyjne).
- 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 ciepłolecznicze 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.
- 16) Zaliczenie końcowe pisemne - test z treści realizowanych na wykładach.

Forma zajęć – ćwiczenia

- 1) Uzdrowiskowe naturalne surowce lecznicze wykorzystywane w spa. 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 wykorzystywane w spa. Peloidoterapia – pokaz i charakterystyka wybranych zabiegów z wykorzystaniem borowiny i fango (okłady i zawijana). Właściwości lecznicze i zastosowanie.
- 3) Hydroterapia w spa – 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) Termoterapia w spa – ciepłolecznictwo. Sauny – rodzaje, specyfika, prawidłowy sposób korzystania oraz wskazania i przeciwwskazania do zabiegów termoterapii.
- 5) Krioterapia – kriokomora, kriosauna, groty śnieżne, groty lodowe, studnie lodowe, masaż lodem.
- 6) Masaż w spa – masaż gorącymi kamieniami bazaltowymi, masaż gorącą czekoladą, masaż gorącymi olejami, masaż kijkami bambusowymi.
- 7) Wybrane zabiegi pielęgnacyjne/medycyny estetycznej wykonywane w spa- charakterystyka zabiegów pielęgnacyjnych (spirulina, algi, glinki, złoto koloidalne, kolagen rybi, kwas polimlekowy i hialuronowy, laser E-Light (IPL+RF), fale radiowe Proslim RF) i modelujących sylwetkę (endermologia, bańka chińska, drenaż limfatyczny).

12. Narzędzia/metody dydaktyczne

1. Wykład informacyjny i konwersatoryjny
2. Prezentacja multimedialna
3. Dyskusja
4. Filmy dydaktyczne
5. Stoły rehabilitacyjne, urządzenia i przybory do wykonania zabiegów (bańki chińskie, pojemniki Vit-ice, kije bambusowe, podgrzewacze i kamienie bazaltowe, miski, lusterka, koce, szafa termiczna do okładów peloidowych, wanna do masażu wodnego, wanny do masażu wirowego kończyn górnych i

dolnych, AquaMobil - przenośne urządzenie do masażu podwodnego ruchomym natryskiem biczowym) oraz peloidy i pelokosmetyki, sole lecznicze i in.	
6. Pokaz i objaśnienie	
7. Katalogi ośrodków spa i wellness	
8. Studiowanie literatury przedmiotu	
9. Konsultacje	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
1. Obecność i aktywność na ćwiczeniach, obecność na wykładach będąca podstawą zaliczenia.	
2. Przygotowanie do zajęciach – czyste i krótkie paznokcie obu rąk, ręcznik, schludny i wygodny ubiór, uniform/mundurek, wygodne obuwie na miękkiej podeszwie.	
3. Zaliczenie częstkowe ćwiczeń – opracowanie autorskiego programu profilaktycznego/ regeneracyjnego/ rekreacyjno-regeneracyjnego wraz z zabiegami spa dla wybranej jednostki lub grupy społecznej.	
4. Zaliczenie końcowe wykładów – test z treści realizowanych na wykładach.	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	34
2. Nakład pracy studenta	16
suma	50
liczba punktów ECTS	2
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Kasprzak W., Mańkowska A. (2008), <i>Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA</i> . Wydawnictwo Lekarskie PZWL.	
2. Ponikowska I., Kochański J. W., Bil J., Drazba T. (2017), <i>Wielka księga balneologii, medycyny fizykalnej i uzdrowiskowej. T. 1, Część ogólna</i> . Wydawnictwo Aluna, Konstancin-Jeziorna.	
3. Ponikowska I. (2018), <i>Wielka księga balneologii, medycyny fizykalnej i uzdrowiskowej. T. 2, Część kliniczna</i> . Wydawnictwo Aluna, Konstancin-Jeziorna.	
4. Ponikowska I., Rączkowska M., Bil J. (2015), <i>Encyklopedia balneologii i medycyny fizykalnej oraz bioklimatologii, balneochemii i geologii uzdrowiskowej / pod redakcją Ireny Ponikowskiej</i> . Wydawnictwo, Warszawa ; Konstancin-Jeziorna.	
Literatura uzupełniająca:	
1. Straburzyński G., Straburzyńska – Lupa A. (2000), <i>Medycyna fizykalna</i> . Wydawnictwo Lekarskie PZWL.	
16. Formy oceny – szczegóły	
<p>Przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną. Warunkiem zaliczenia są:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obecność na zajęciach. • zaangażowanie studenta przejawiające się w aktywnym uczestnictwie w zajęciach będzie brane pod uwagę przy ocenie końcowej. • warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest opracowanie autorskiego programu profilaktycznego/ regeneracyjnego/ rekreacyjno-regeneracyjnego wraz z zabiegami spa dla wybranej jednostki lub grupy społecznej. • zaliczenie pisemne z treści wykładów: <ul style="list-style-type: none"> - 15 pytań testowych w tym otwarte i zamknięte jednokrotnego wyboru. Pytania zamknięte są oceniane w skali od 0 do 1 pkt. Liczba punktów za pytania otwarte może być różna i jest uwarunkowana poziomem trudności pytania. Warunkiem zaliczenia jest uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi (czas trwania 30 minut). <p>Nieusprawiedliwiona nieobecność na zaliczeniu końcowym jest równoznaczna z oceną niedostateczną (2.0). W przypadku otrzymania negatywnej oceny student ma obowiązek przystąpić do zaliczenia przedmiotu w terminie poprawkowym – wyznaczonym przez prowadzącego zajęcia.</p>	

17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Szczegółowych informacji o tematyce zajęć i 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 Akademii Białskiej im. Jana Pawła II
3.	Zajęcia będą się odbywały zgodnie z aktualnym planem zajęć.
4.	Konsultacje będą się odbywały zgodnie z obowiązującym terminarzem.

* - 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 2021 r. poz. 755 t.j.)