



Masaż

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2026/2027
Wydział	Wydział Lekarsko- Stomatologiczny
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	Jednolite magisterskie
Forma studiów	Studia stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Moduł C - Nauki w zakresie podstaw w fizjoterapii/ Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Egzamin
Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/y jednostki/jednostek)	Zakład Podstaw Fizjoterapii Wydziału Lekarsko- Stomatologicznego WUM ul. ks. Trojdena 2c 02-109 Warszawa tel.: (022) 57 20 920 https://zakladrehabilitacji.wum.edu.pl/ e-mail: zpf@wum.edu.pl
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	dr hab.n.med. i n. o zdr. Anna Hadamus
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	dr n.med. Izabela Korabiewska, izabela.korabiewska@wum.edu.pl

Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	mgr Katarzyna Roguska, katarzyna.roguska@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	dr n. med. Izabela Korabiewska mgr Katarzyna Roguska dr n. med. Sebastian Wójtowicz

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	II rok, III sem	Liczba punktów ECTS	2.0
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)			
seminarium (S)		4	0.2
ćwiczenia (C)		25	1.0
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		21	0.8

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Celem nauczania przedmiotu jest opanowanie przez studenta pełnych i nowoczesnych wiadomości o istocie, znaczeniu, metodach i technikach wykonywania masażu, a także zrozumienie wpływu tej formy działania czynnika mechanicznego na organizm człowieka. Przedmiot ten ma przygotować studenta do samodzielnej, odpowiedzialnej i świadomej pracy zawodowej, w której będzie on dokonywał wyboru odpowiedniej metody i techniki wykonywania masażu, adekwatnie do indywidualnej sytuacji zdrowotnej pacjenta. Konieczne jest zrozumienie wpływu masażu na tkanki i narządy organizmu oraz znajomości wskazań i przeciwwskazań do wykonywania masażu. Ponieważ konieczna jest korelacja treści teorii i ćwiczeń praktycznych, ćwiczenia z masażu stanowią integralną całość z teorią. Podstawowym zadaniem pracowni masażu jest ukształtowanie u studentów umiejętności prawidłowego wykonywania masażu z wykorzystaniem różnych metod i technik, oraz przygotowanie do samodzielnej i świadomej pracy zawodowej fizjoterapeuty.
----	---

C2	Zrozumienie i zdolność określenia zasad bezpieczeństwa i higieny pracy w gabinecie masażu oraz wpływu masażu na poszczególne tkanki, układy i narządy człowieka. Posiadanie wiedzy dotyczącej doboru metod masażu i ich skuteczności w leczeniu wybranych jednostek chorobowych. Znajomość zasady kompleksowego usprawniania oraz roli masażysty w systemie rehabilitacji leczniczej.
C3	Zdobycie umiejętności wykonywania zabiegu masażu ręcznego jak/ i z wykorzystaniem aparatury i urządzeń pomocniczych organizując warsztat pracy masażysty zgodnie z wymogami ergonomii i przestrzegając zasad etyki zawodowej w trakcie realizacji powierzonych zadań. Na podstawie posiadanej wiedzy i umiejętności samodzielnie, praktycznie wprowadzanie w życie zdobytej wiedzy. Prawidłowy dobór technik masażu w zależności od wskazań lekarskich, aktualnego stanu zdrowia, potrzeb i możliwości pacjenta, biorąc odpowiedzialność za ich zdrowie i bezpieczeństwo.

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ *(dotyczy kierunków regulowanych ujętych w Rozporządzeniu Ministra NiSW z 26 lipca 2019; pozostałych kierunków nie dotyczy)*

Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się <i>(zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)</i>	Efekty w zakresie
--	-------------------

Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:

C.W3	mechanizmy oddziaływania oraz możliwe skutki uboczne środków i zabiegów z zakresu fizjoterapii;
C.W5	zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta;
C.W7	teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;
C.W8	wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;

Umiejętności – Absolwent* potrafi:

C.U1	przeprowadzić badanie podmiotowe, badanie przedmiotowe oraz wykonywać podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla fizjoterapii, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej;
C.U2	wypełniać dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu zabiegów fizjoterapeutycznych;

Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

C.U8	Zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;
C.U9	obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii, fizykoterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;
C.U10	wykazać zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;

**W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie*

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	(pole nieobowiązkowe) Efekty w zakresie
--------------------------	--

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

W.O.1	problematykę z zakresu dyscypliny naukowej – nauki medyczne w tym etiologię, patomechanizm, objawy i przebieg najczęstszych chorób;
W.O..5	mechanizm działania czynników fizykalnych na organizm człowieka oraz oddziaływanie zabiegów fizykalnych w leczeniu osób z różnymi chorobami i dysfunkcjami, w tym osób starszych, w różnych warunkach;
W.O.6	wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii i masażu, kinezyterapii i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;
W.O.7	zalecenia do stosowania fizjoterapii w określonych stanach chorobowych;

Umiejętności – Absolwent potrafi:

U.O.1	wykonywać zabiegi z zakresu fizykoterapii, kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;
U.O.2	interpretować wyniki badań czynnościowych oraz przeprowadzać testy funkcjonalne niezbędne do doboru środków fizjoterapii i interpretować ich wyniki;
U.O.4	kontrolować efekty postępowania fizjoterapeutycznego;
U.O.8	wykazać wysoką sprawność fizyczną niezbędną do poprawnego demonstrowania i wykonywania zabiegów z zakresu kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz stosowania metod specjalnych u osób z różnymi chorobami, dysfunkcjami oraz z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności;
U.O.9	planować własną aktywność edukacyjną i stale dokształcać się w celu aktualizacji wiedzy;
U.O.11	komunikować się z pacjentem i jego rodziną w atmosferze zaufania, z uwzględnieniem potrzeb pacjenta i jego praw;
U.O.12	komunikować się ze współpracownikami w zespole i dzielić się wiedzą;

Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

U.O.13	wykorzystywać wiedzę w zakresie racjonalizacji i optymalizacji fizjoterapii, także współpracując w zespole terapeutycznym;
U.O.14	postępować zgodnie z zasadami etycznymi i bioetycznymi w wykonywaniu czynności właściwych dla zawodu fizjoterapeuty.

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

KS.O.1	nawiązania i utrzymania pełnego szacunku kontaktu z pacjentem, a także okazywania zrozumienia dla różnic światopoglądowych i kulturowych;
KS.O.2	wykonywania zawodu, będąc świadomym roli, jaką fizjoterapeuta pełni na rzecz społeczeństwa, w tym społeczności lokalnej;
KS.O.3	prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnej do wykonywania zawodu fizjoterapeuty;
KS.O.4	przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej;
KS.O.5	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;
KS.O.6	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;
KS.O.7	wdrażania zasad koleżeństwa zawodowego i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym;
KS.O.8	formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej;
KS.O.9	przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób;

6. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Seminaria	Obecność na seminariach jest obowiązkowa. Na każdym seminarium jest sprawdzana lista obecności. Nie ma możliwości wejścia na seminarium osób spóźnionych o więcej niż 15 minut. Każda nieobecność wymaga jej odrobienia w sposób uzgodniony z własnym wykładowcą. Tematy: Wybrane masaże lecznicze Masaż w wybranych jednostkach chorobowych Różne rodzaje masażu – refleksologia.	C.W3, C.W5, C.W7, C.W8 W.O.1, W.O.5, W.O.6, W.O.7

	Terapia tkanek miękkich	
Ćwiczenia	Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. Zajęcia w odbywają się zgodnie z planem zajęć. Na każdych ćwiczeniach jest sprawdzana lista obecności. Nie ma możliwości wejścia na zajęcia osób spóźnionych o więcej niż 15 minut. Każda nieobecność wymaga jej odrobienia w sposób uzgodniony z własnym wykładowcą. Tematy: • Doskonalenie technik masażu klasycznego • Wybrane masaże lecznicze ○ Masaż w wybranych jednostkach chorobowych • Różne rodzaje masażu • Terapia tkanek miękkich	C.U1, C.U2, C.U8, C.U9, C.U10 U.O.1, U.O.2, U.O.4, U.O.8, U.O.9, U.O.11, U.O.12, U.O.13, U.O.14 KS.O.1, KS.O.2, KS.O.3, KS.O.4, KS.O.5, KS.O.6, KS.O.7, KS.O.8, KS.O.9

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. L. Magiera, Klasyczny masaż leczniczy, Bio-styl, 2020
2. D. Pounds, L. Allen, Masaż leczniczy Podstawy anatomiczne i techniki Clay & Pounds, Edra Urban&Partner, 2018
3. D. Tomson, Ch. Schuchhardt; Drenaż limfatyczny. Teoria, techniki podstawowe i specjalistyczne oraz fizjoterapia przeciwobrzękowa; Edra Urban & Partner; 2020
4. L. Chaitow, S. Fritz; Masaż leczniczy. Badanie i leczenie mięśniowo-powięziowych punktów spustowych; Edra Urban & Partner; 2022.
5. A. Zborowski; Masaż segmentarny; AZ; 2004
6. A. Zborowski; Manualny drenaż limfatyczny; AZ; 2017
7. A. Zborowski; Masaż w wybranych jednostkach chorobowych. Część 1; AZ; 2005.
8. A. Zborowski; Masaż w wybranych jednostkach chorobowych. Część 2; AZ; 2005.
9. A. Zborowski; Masaż w wybranych jednostkach chorobowych. Część 3; AZ; 2013.
10. C. Zimałgia; Masaż sportowy. Techniki specjalistyczne i uzupełniające; Edra Urban & Partner; 2021

Uzupełniająca

1. Muscolino J.E., Badanie palpacyjne układów mięśniowego i kostnego z uwzględnieniem punktów spustowych, stref odruchowych i stretchingu, Edra Urban&Partner 2016
2. Buckup J, Hoffmann R; Białoszewski D, Hadamus A- red.n. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni, PZWL, Warszawa 2020
3. Gawryszewska A., Fluder M.,Marciniak R. Atlas anatomii palpacyjnej. Tom 1. MedPharm. Wrocław, 2019
4. Gawryszewska A., Fluder M.,Marciniak R. Atlas anatomii palpacyjnej. Tom 2. MedPharm. Wrocław, 2021

Zalecane czasopisma naukowe:

1. Ortopedia Traumatologia Rehabilitacja

2. Medycyna Sportowa

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
C.W3, C.W5, C.W7, C.W8 W.O.1, W.O.5, W.O.6, W.O.7 C.U1, C.U2, C.U8, C.U9, C.U10 U.O.1, U.O.2, U.O.4, U.O.8, U.O.9, U.O.11, U.O.12, U.O.13, U.O.14 KS.O.1, KS.O.2, KS.O.3, KS.O.4, KS.O.5, KS.O.6, KS.O.7, KS.O.8, KS.O.9	Zaliczenie Pokaz Egzamin- test	1 Uczestnictwo we wszystkich seminariach i ćwiczeniach. 2. Aktywny udział w seminariach i ćwiczeniach. 3. Uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia praktycznego, – min. 60%. 4. Uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu- min.60%

9. INFORMACJE DODATKOWE

Informacje o zaliczeniu:

Do zaliczenia przedmiotu konieczna jest aktywność Studenta/-ki podczas ćwiczeń.

Zaliczenie praktyczne- 2 terminy (podstawowy i poprawkowy); pokaz.

Zaliczenie odbywa się na wskazanych przez prowadzącego ćwiczeniach- ustalenie terminu na pierwszych zajęciach.

Ocena: zal/nzal

Informacje o egzaminie:

Egzamin multimedialny w formie stacjonarnej testowej - w wersji komputerowej - zawiera **100** pytań (każde pytanie 4 dystraktory, próg zaliczenia 60%),

2 terminy (podstawowy i poprawkowy)

Ocena końcowa z przedmiotu : ocena w skali od 2,0 do 5,0

Koło naukowe: SKN Fizjoterapii (Koło posiada sekcje tematyczne)

Opiekun Koła: dr n.med. Sebastian Wójtowicz

<http://sknfizjoterapii.wum.edu.pl/>

Dojazd na zajęcia:

Zakład Podstaw Fizjoterapii Wydziału Lekarsko- Stomatologicznego WUM

ul. ks. Trojdena 2c 02-109 Warszawa

<https://zakladrehabilitacji.wum.edu.pl/>

Zasady BHP, obowiązujące w pracowni Masażu i Terapii Manualnej:

- Wstęp do pracowni tylko w zmienionym obuwii, a okrycie wierzchnie powinno zostać pozostawione w szatni;
- Studenci/teki powinni/y:
 - posiadać duży ręcznik kąpielowy/prześcieradło (zakrywające całą leżankę),
 - mieć krótkie paznokcie,
 - mieć spięte włosy,
 - zdjąć biżuterię,
 - posiadać strój sportowy;
- Studenci/teki niespełniający wymogów BHP, nie będą dopuszczeni do odbywania zajęć.

Regulamin zajęć:

Podczas pierwszych zajęć w roku akademickim każdy Student/-ka ma obowiązek:

- zapoznania się z regulaminem odbywania zajęć z przedmiotu,
- zapoznania się z regulaminem pracowni Masażu i Terapii Manualnej,
- zapoznania się z sylabusem z przedmiotu,
- zapoznać się z literaturą obowiązkową i uzupełniającą,
- zapoznać się z tematami zaliczeń śródrocznych i zaliczenia końcowego,
- zapoznać się z przepisami BHP obowiązującymi dla sali ćwiczeń.

Procesem dydaktycznym kieruje nauczyciel akademicki, w związku z czym, Student/-ka powinni:

- podporządkować się poleceniom prowadzącego i przestrzegać wspólnie podjętych ustaleń,
- zwracać się do niego w sytuacji wystąpienia podczas toku zajęć trudności i wszelkich wątpliwości.

Student/-ka zobowiązany jest w czasie roku akademickiego do:

- punktualnego zgłaszania się na zajęcia do sali wykładowej oraz do sali ćwiczeń,
- posiadania identyfikatora,
- posiadania ustalonych pomocy dydaktycznych zalecanych na pierwszych ćwiczeniach lub/i wskazanych na kolejnych zajęciach,
- poszanowania sprzętu w sali wykładowej i sali ćwiczeń (o ewentualnym uszkodzeniu lub zniszczeniu sprzętu należy poinformować osobę prowadzącą zajęcia).

Student/-ka ma obowiązek uczestnictwa Studenta/-ki we wszystkich zajęciach dydaktycznych:

- zapoznania się Studenta/-ki oraz przyswojenia przez nich wiadomości potrzebnych do odbycia kolejnych ćwiczeń, po podaniu tematu przez prowadzącego oraz samodzielnego przyswajania wiedzy podstawowej jak i dodatkowej z danej dziedziny oraz literatury obowiązkowej i uzupełniającej.
- nieobecność podczas wykładu Student/-ka powinni odpracować w postaci referatu na temat ustalony z osobą prowadzącą,

- nieobecność podczas seminarium Student/-ka powinni odpracować w postaci referatu na temat ustalony z osobą prowadzącą,
- nieobecność na ćwiczeniach Student/-ka zobowiązani są odpracować z inną grupą lub w formie pracy (wg wskazań osoby prowadzącej zajęcia) z zadanego przez prowadzącego zagadnienia,
- Wszystkie nieobecności należy odrobić.
- Dopuszcza się odpracowanie 1 nieobecności w formie pracy zaliczeniowej.
 - Pracę należy dostarczyć do prowadzącego najpóźniej w terminie 2 tygodni po zaistnieniu nieobecności.
 - Po tym terminie nieobecność można odrobić tylko na innych zajęciach kontaktowych.
 - PRACA ma formę filmu własnego autorstwa, na którym student/ka prezentuje zabieg z opuszczonego tematu.
- Dopuszczalne są dwa (2) spóźnienia - max. do 15 minut. Trzecie (3) spóźnienie jest traktowane jako nieobecność.
- Spóźnienie powyżej 15 min uniemożliwia uczestnictwo w zajęciach.

Student/-ka ma prawo do:

- nieobecności podczas choroby i za okazaniem zwolnienia lekarskiego (każda nieobecność będzie rozpatrywana indywidualnie) i ustalenia z osobą prowadzącą formy odpracowania zajęć.

Osoba prowadząca zajęcia dydaktyczne ma obowiązek:

- egzekwowania od Studentów/-ek posiadanej wiedzy, umiejętności praktycznych i kompetencji społecznych wymaganych na danych zajęciach z przedmiotu,
- niedopuszczenia Studenta/-ki, łamiących regulamin, do odbywania zajęć w sali ćwiczeń,
- przekazania wiedzy z obowiązującego zakresu umieszczonego w sylabusie przedmiotowym,
- wykorzystywania pomocy dydaktycznych podczas zajęć dydaktycznych,
- respektowania procedur dydaktycznych zawartych w sylabusie przedmiotowym.

Osoba prowadząca zajęcia z przedmiotu ma prawo do:

- niedopuszczenia Studenta/-ki, nieposiadającego wymaganej wiedzy, do odbywania zajęć w sali ćwiczeń.

Warunki przystąpienia Studenta/-ki do zaliczenia końcowego:

- zaliczenie wszystkich zajęć objętych w sylabusie przedmiotowym z przedmiotu,
- odrobione, usprawiedliwione nieobecności podczas toku nauczania z przedmiotu - według zaleceń prowadzącego,
- identyfikator oraz dokument tożsamości ze zdjęciem.
- aktywność Studenta/-ki podczas ćwiczeń i analiza wskazanej literatury.

Dyżury/ konsultacje: według grafiku zamieszczonego w Zakładzie Podstaw Fizjoterapii WLS WUM

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów
Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich