

Wypełnia Zespól Kierunku	Nazwa modułu (bloku przedmiotów): PRZEDMIOTY WYBIERALNE KIERUNKOWE - TECHNIKI RELAKSACJI					Kod modułu: C.10.6	
	Nazwa przedmiotu: REFLEKSOTERAPIA Z ELEMENTAMI AROMATERAPII					Kod przedmiotu: C.10.6.2	
	Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej przedmiot / moduł: AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH W ELBLĄGU						
	Nazwa kierunku: KOSMETOLOGIA						
	Forma studiów: STACJONARNE		Profil kształcenia: PRAKTYCZNY			Poziom kształcenia: STUDIA I STOPNIA	
	Rok / semestr: 2/ IV		Status przedmiotu /modułu: WYBIERALNY			Język przedmiotu / modułu: POLSKI	
	Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	laboratorium	projekt	seminarium	Zajęcia praktyczne
	Wymiar zajęć (godz.)	6					24

Koordynator przedmiotu / modułu	mgr Katarzyna Laskowska
Prowadzący zajęcia	mgr Katarzyna Laskowska
Cel kształcenia	Opanowanie wiedzy w zakresie refleksoterapii z uwzględnieniem diagnostyki oraz algorytmu postępowania. Zapoznanie się ze wskazaniami i przeciwwskazaniami do zabiegów, kształtowanie umiejętności i kompetencji w zakresie: technik oraz metodyki w obszarach makro i mikrosystemów. Student wie co to jest aromaterapia, jak może połączyć relaksacyjne działanie olejków eterycznych z pracą na refleksach stóp i rąk.
Wymagania wstępne	

EFEKTY UCZENIA SIĘ		
Nr efektu uczenia się/ grupy efektów	Opis efektu uczenia się	Kod kierunkowego efektu uczenia się
01	Rozumie znaczenie refleksoterapii i aromaterapii dla zdrowia człowieka.	K_W44
02	Zna budowę dłoni i stopy oraz mechanizmy oddziaływania na człowieka poprzez refleksoterapię.	K_W12 K_W13 K_W14
03	Zna metody i techniki wykorzystywane w procedurze refleksoterapii.	K_W26 K_W41
04	Student potrafi zlokalizować poszczególne refleksy na stopach i dłoniach.	K_U28 K_U29
05	Pracuje na określonych refleksach w celu osiągnięcia efektu relaksacyjno-terapeutycznego.	K_U16 K_U17
06	Potrafi wykorzystać olejki eteryczne w refleksoterapii.	K_U17 K_U26

TREŚCI PROGRAMOWE	
Wykład	
1.	Refleksoterapia i aromaterapia w ujęciu tradycyjnych i współczesnych koncepcji profilaktyki, promocji zdrowia i relaksacji.
2.	Wybrane zagadnienia z anatomii i fizjologii człowieka. Budowa stopy, budowa dłoni.

3. Mechanizm oddziaływania refleksoterapii na organizm człowieka.
4. Charakterystyka metod i technik wykorzystywanych w refleksoterapii.
5. Aromaterapia emocjonalna, pochodzenie olejków eterycznych, podział ze względu na substancje aktywne.
Zajęcia praktyczne
1. Prezentacja mapy stref i punktów odruchowych na stopach i dłoniach – ćwiczenia w parach.
2. Pokaz technik i metod refleksoterapii nóg.
3. Pokaz technik i metod refleksoterapii rąk.
4. Zaplanowanie i wykonanie zabiegu refleksoterapii - ćwiczenia w parach.
5. Przygotowanie kompozycji podstawowych mieszanek emocjonalnych z olejków eterycznych. Wskazania i przeciwwskazania do refleksoterapii i aromaterapii. Miejsca aplikacji olejków eterycznych.
6. Zaplanowanie i wykonanie zabiegu łączonego z wykorzystaniem kompozycji z olejków eterycznych – ćwiczenia w parach.

Literatura podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dougans I., Refleksologia: nowe podejście: 5 elementów, 12 meridaianów. Rubis Dom Wydawniczy, Poznań, 2006. 2. Byers D. C., Lepsze zdrowie z refleksologią stóp. Oryginalna metoda Ingham. Agencja Wydawniczo-Reklamowa „MAGIC”, Lublin, 2019. 3. Brud W., Konopacka I., Pachnąca apteka. Tajemnice aromaterapii. Pagina Warszawa, 2001.
Literatura uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Marquardt H., Podręcznik refleksoterapii stóp. Imprima Spółka Jawna, Łódź 2015. 2. Kasperczyk T., Kmak S., Masaż punktowy i inne metody refleksoterapii. Kasper Kraków, 2003. 3. Romer M., Aromaterapia dla całej rodziny. MedPharm Polska Wrocław, 2010.
Metody kształcenia	Ćwiczenia: dyskusja dydaktyczna, prezentacja multimedialna, ćwiczenia praktyczne- praca w grupach, instruktaż, pokaz.

Metody weryfikacji efektów uczenia się	Nr efektu uczenia się/grupy efektów
Zaliczenie pisemne -test	01, 02, 03
Poprawne wykonanie zadań i zabiegów. Przygotowanie sprawozdań z wykonywanych ćwiczeń.	04, 05, 06
Formy i warunki zaliczenia	Uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń na podstawie oceny poprawności wykonanych zadań i zabiegów, obecność na zajęciach (waga 07). Zaliczenie testu (waga 0,3).

NAKŁAD PRACY STUDENTA		
Rodzaj działań/zajęć	Liczba godzin	
	Ogółem	W tym zajęcia powiązane z praktycznym przygotowaniem zawodowym
Udział w wykładach	6	
Samodzielne studiowanie		
Udział w ćwiczeniach, laboratoriach, projekcie, seminarium, zajęciach praktycznych	24	24
Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń, laboratorium, projektu, seminarium, zajęć praktycznych	20	20
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		

Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia	5	
Udział w konsultacjach		
Inne		
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.	55	44
Liczba punktów ECTS za przedmiot	2	
Liczba punktów ECTS przypisana do dyscypliny naukowej	nauki o zdrowiu – 1 nauki medyczne - 1	
Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi	1,6	
Liczba punktów ECTS za zajęciach wymagające bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	1,1	