



Program szkolenia "Masaż twarzy, szyi i dekoltu"

Wymagania wstępne (w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych)

brak

Założenia i cel kształcenia

Zapoznanie studentów z zagadnieniami nowoczesnych metod masażu twarzy, szyi i dekoltu, wykształcenie umiejętności elementów automasażu przydatnych w codziennej pielęgnacji skóry. Wymiana doświadczeń, uczestnictwo w dyskusji.

Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych

Wiedza na temat działania masażu i jego poszczególnych technik na skórę i mięśnie. Umiejętność wykonywania masażu relaksacyjnego, liftingującego i drenażowego. Dobór kosmetyków do masażu w zależności od rodzaju i potrzeb skóry.

Treści programowe	Liczba godzin szkoleniowych	Liczba godzin na pracę własną	Metody prowadzenia szkolenia	liczba punktów ECTS
Budowa i fizjologia skóry	1	0	wykład, prezentacja multimedialna	0,04
Anatomia twarzy, szyi i dekoltu (mięśnie)	1,5	1	wykład, prezentacja multimedialna, zadanie praktyczne	0,1
Wpływ masażu i poszczególnych technik na skórę i mięśnie	1	0	wykład, prezentacja multimedialna	0,04
Wybrane metody i techniki drenażu i masażu liftingującego	1	2	wykład, prezentacja multimedialna, zadanie praktyczne	0,12
Kosmetyki do masażu	0,5	0,5	zadanie praktyczne	0,04
Masaż twarzy, szyi i dekoltu z manualny i z wykorzystaniem płytek gua-sha	2,5	3,5	pokaz i obserwacja, zadanie praktyczne - ćwiczenia	0,24
omówienie błędów w wykonywaniu zabiegów domowych	0,5	1	pokaz i obserwacja, dyskusja	0,06
SUMA				1

rodzaj (forma) oceny, rozumiane jako metoda weryfikacji efektów uczenia się

Test, aktywny udział w zajęciach, zadania praktyczne

Posiedzenie Komisji w dniu 13.03.2026

1. Olga Krasodomska
2. Justyna Dąbrowska
3. Julia Dobrzycka