

# Podkowieńska Wyższa Szkoła Medyczna im. Z. i J. Łyko

## Syllabus przedmiotowy 2018/19 - 2022/23 r.

Wydział	Fizjoterapii
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Specjalność	-----
Forma studiów	Stacjonarne
Stopień studiów	Jednolite studia magisterskie
Profil kształcenia	Praktyczny
Ilość lat: studiów/ semestrów	5 lat studiów/ 10 semestrów

### 1. Przedmiot

Nazwa przedmiotu	Fizjoprofilaktyka i Promocja Zdrowia
Kategoria przedmiotu	Nauki w Zakresie Podstaw Fizjoterapii
Liczba punktów ECTS	2,0
Język wykładowy	Polski
Rok studiów/ semestr	III rok, VI semestr

### 2. Forma zajęć, liczba godzin w planie studiów

Wykład	Ćwiczenia	Konwersatorium	Lektorat	Seminarium	Praktyka
15	15	-	-	-	-

### 3. Cele przedmiotu

C1	Przygotowanie studentów do realizacji zadań promocji zdrowia wśród osób dorosłych.
C2	Przygotowanie studentów do propagowania sportowej aktywności fizycznej wśród osób dorosłych

### 4. Wymagania wstępne

1	Ogólna wiedza z zakresu anatomii, fizjologii i biomechaniki człowieka.
2	Ogólna wiedza z zakresu metodyki nauczania ruchu

### 5. Przedmiotowe efekty kształcenia

PW1	Student posiada wiedzę teoretyczną w zakresie podstawy działań interwencyjnych wobec jednostek oraz grup społecznych.
PW2	Student posiada wiedzę z zakresu podstaw edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki

PW3	Student zna mechanizmy i kryteria oceny aktywności fizycznej i zna jej profilaktyczny wpływ na zdrowie oraz na zmniejszanie skutków nieczynności ruchowej.
PU1	Student potrafi podjąć działania profilaktyczne i edukacyjne zapobiegające oraz zmniejszające skutki obniżonej wydolności i sprawności fizycznej
PU2	Student potrafi planować, projektować i realizować działania związane z profilaktyką, terapią i rehabilitacją osób z dysfunkcjami i zaburzeniami narządu ruchu, obniżeniem sprawności i wydolności fizycznej wieku rozwojowego i dorosłego z uwzględnieniem zaleceń i przeciwwskazań..
PU3	Stuent potrafi opracować konspekt lekcji gimnastyki korekcyjnej i umiejętnie ją przeprowadzić.
PK1	Student dba o poziom sprawności fizycznej niezbędny do wykonywania zawodu fizjoterapeuty.
PK2	Student potrafi własnym przykładem aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocję zdrowia.
PK3	Student przewiduje skutki swoich działań i jest gotowy do wzięcia za nie odpowiedzialności .

## 6. Treści programowe

Lp	Tematyka zajęć – Wykłady	L.g.
Wd1.	Wprowadzenie do przedmiotu. Formy i warunki zaliczenia przedmiotu PSO. Przepisy BHP i P-Pož.	2
Wd2.	Promocja zdrowia jako podstawa koncepcji Narodowego Programu Zdrowia.	2
Wd3.	Geneza promocji zdrowia. Projekty wykorzystujące podejście siedliskowe: zdrowe miasta, szkoła promująca zdrowie.	2
Wd4.	Biologiczne konsekwencje palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków.	2
Wd5.	Problem uzależnień w Polsce..	3
Wd6.	Programy profilaktyki uzależnień.	2
Wd7	Uzależnienia a aktywność fizyczna i zdrowie	2
<b>Tematyka ćwiczeń</b>		
Ćw.1	Znaczenie aktywności fizycznej w zapobieganiu i ograniczaniu uzależnień Korzyści zdrowotne osiągnane dzięki kształtowaniu poszczególnych składowych sprawności fizycznej. Struktura i testowanie sprawności fizycznej zgodnie z koncepcją „health-related fitness”. Zasady wyznaczania wielkości indywidualnych obciążeń w treningu zdrowotnym.	4
Ćw.2	Przedstawienie różnych modeli edukacji zdrowotnej: - zorientowanego na chorobę,	4

	- zorientowanego na czynniki ryzyka i - zorientowanego na zdrowie w rozumieniu holistycznym	
Cw.3	Znaczenie holistycznego podejścia do zdrowia; problem kształtowania umiejętności osobistego wyboru i podejmowania decyzji; Pojęcie stylu życia, zachowań zdrowotnych, zdrowia i jego oceny (mierników pozytywnych i negatywnych).	4
Ćw.4	Otyłość i jej związki z aktywnością fizyczną i ze zdrowiem. Czynniki sprzyjające powstawaniu nadwagi i otyłości. Zasady w treningu zdrowotnym osób otyłych.	3

## 7. Literatura

Lp	Obowiązkowa
1.	Andruszkiewicz A. (red), Promocja zdrowia. Teoretyczne podstawy promocji zdrowia. Tom I. Czelej, Lublin 2008.
2.	2. Karski J. B. (red.), Praktyka i teoria promocji zdrowia, CeDeWu, Warszawa 2009.
3.	3. Woynarowska B., Edukacja zdrowotna. PWN, Warszawa 2007.
	<b>Uzupełniająca</b>
1.	Bik B., Henzel-Korzeniowska A., Przewoźniak L., Szczerbińska K. (red.): Wybrane zagadnienia promocji zdrowia. CMUJ, Kraków 1996.
2.	Charońska E., Zarys wybranych problemów edukacji zdrowotnej. Warszawa, 1997, CEM.
3.	Cianciara D.: Zarys współczesnej promocji zdrowia. PZWL, Warszawa 2010.

## 8. Metody dydaktyczne

Metoda dydaktyczna	Symbol realizowanego tematu
Wykład informacyjny	<b>Wd1-Wd6</b>
Wykład problemowy	<b>Wd2</b>
Dyskusja	<b>Wd2</b>
Prezentacje multimedialne	<b>Wd1 – Wd6</b>
Film	<b>Wd5 ,Wd6, Wd7</b>
Burza mózgów	<b>Ćw3</b>
Pokaz	<b>Ćw1, Ćw2</b>
Metoda realizacji	<b>Ćw4</b>

zadania	

### 9. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Liczba godzin
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim</b>	<b>36</b>
Liczba godzin w planie studiów	30
Konsultacje	2
Zaliczenie	4
<b>Samodzielna praca studenta</b>	<b>20</b>
Przygotowanie do zajęć, w tym studiowanie literatury	10
Przygotowanie referatu, projektu, prezentacji i innych	5
Przygotowanie się do zaliczenia, sprawdzianu	5
Inne	0
<b>Całkowity nakład pracy studenta w godzinach</b>	<b>56</b>
<b>Liczba punktów ECTS dla przedmiotu</b>	<b>2,0</b>

### 10. Warunki dopuszczenia do zaliczenia przedmiotu

1.	Uczestnictwo w co najmniej 60% zajęć określonych planem studiów
2.	Opracowanie konspektu lekcji gimnastyki korekcyjnej

### 11. Metody weryfikacji przedmiotowych efektów kształcenia

Metoda weryfikacji efektów kształcenia	Symbol efektu przedmiotowego
Zaliczenie pisemne – test – pytania zamknięte/otwarte	PW1, PW2, PW3
Zaliczenie praktyczne – przeprowadzenie lekcji gimnastyki korekcyjnej	PW3, PU1, PU2, PU3

Efekty dotyczące kompetencji PK1, PK2 i PK3 zostaną zweryfikowane podczas praktyki semestralnej i praktyki fizjoterapeutycznej.

### 12. Kryteria oceny

Na ocenę 3,0	Uzyskanie oceny 3,0 z zaliczenia praktycznego, udzielenie nie mniej niż 60% poprawnych odpowiedzi na pytania zawarte w teście zaliczeniowym.
Na ocenę 3,5	Uzyskanie oceny 3,0 – 3,5 z zaliczenia praktycznego, udzielenie nie mniej niż 70% poprawnych odpowiedzi na pytania zawarte w teście zaliczeniowym.
Na ocenę 4,0	Uzyskanie oceny 4,0 z zaliczenia praktycznego, udzielenie nie mniej niż 80% poprawnych odpowiedzi na pytania zawarte w teście zaliczeniowym.
Na	Uzyskanie oceny 4,0 – 4,5 z zaliczenia praktycznego, udzielenie nie mniej niż 85%

ocenę 4,5	poprawnych odpowiedzi na pytania zawarte w teście zaliczeniowym.
Na ocenę 5,0	Uzyskanie oceny 4,5 – 5,0 z zaliczenia praktycznego, udzielenie nie mniej niż 90% poprawnych odpowiedzi na pytania zawarte w teście zaliczeniowym.

### 13. Macierz realizacji przedmiotu

Treści kształcenia zgodnie z symbolami	Przedmiotowe efekty kształcenia	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Nasycenie realizacji efektu kierunkowego
Wd1.	PW2; PK1, PK2, PK3	FZP_W29; FZP_K03, K02, K09	++
Wd2.	PW1, PW2; PK1, PK2, PK3	FZP_W05, W29; FZP_K03, K02, K09	++
Wd3.	PW3; PK1, PK2, PK3	FZP_W05, W29; FZP_K03, K02, K09	++
Wd4.	PW3; PK1, PK2, PK3	FZP_W05, W29; FZP_K03, K02, K09	++
Wd5.	PW1; PK1, PK2, PK3	FZP_W05; FZP_K03, K02, K09	++
Wd6.	PW1; PK1, PK2, PK3	FZP_W05; FZP_K03, K02, K09	++
Wd7	PW1, PU1, PU2, PU3	FZP_W05; U01, U09, U27	++
Ćw1.	PW1; PW3, PU1; PK1, PK2, PK3	FZP_W05, W29; FZP_U12; FZP_K03, K02, K09	++
Ćw2.	PU1; PU3 PK1, PK2, PK3	FZP_U02; FZP_K03, K02, K09	+++
Cw3	PW3; PU2; PU3 PK1, PK2, PK3	FZP_W05; FZP_U02; FZP_K03, K02, K09	+++
Ćw4	PW1; PU2; PU3 PK1, PK2, PK3	FZP_W05; FZP_U02; FZP_K03, K02, K09	+++

### 14. Prowadzący przedmiot

Osoba odpowiedzialna za przedmiot	mgr Arkadiusz Leszkiewicz
Osoba prowadząca wykład	mgr Arkadiusz Leszkiewicz
Osoba prowadząca ćwiczenia	mgr Arkadiusz leszkiewicz

Podpisy prowadzących i osoby odpowiedzialnej za przedmiot:

1. ....
2. ....