



<b>Sylabus (rok akademicki 2018/2019)</b>														
<b>Opis przedmiotu kształcenia</b>														
Nazwa modułu/przedmiotu	38. Fizjoprofilaktyka										Grupa szczegółowych efektów kształcenia			
											Kod grupy	Nazwa grupy		
Wydział	Nauk o Zdrowiu													
Kierunek studiów	Fizjoterapia													
Specjalności	-													
Poziom studiów	<b>jednolite magisterskie X *</b> I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>													
Forma studiów	X <u>stacjonarne</u> <input type="checkbox"/> niestacjonarne													
Rok studiów	1					Semestr studiów: 2		letni						
Typ przedmiotu	X <b>obowiązkowy</b> <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	kierunkowy													
Język wykładowy	X <b>polski</b> <input type="checkbox"/> angielski <input type="checkbox"/> inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając <input type="checkbox"/> na X														
<b>Liczba godzin</b>														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
<b>Semestr zimowy:</b>														
<b>Semestr letni</b>														
	6		10										9	
<b>Razem w roku:</b>														



	6		10									9	

**Cele kształcenia:** (max. 6 pozycji)

1. Zapoznanie studentów z głównymi założeniami fizjoprofilaktyki
2. Opis czynników wpływających na zdrowie
3. Identyfikowanie nieprawidłowości w zachowaniach zdrowotnych społeczeństwa w różnym wieku, wdrażanie ich modyfikacji
4. Zdrowy styl życia, zalety systematycznej aktywności fizycznej, przestrzeganie rytmu dnia, nawyki żywieniowe
5. Zapoznanie z podstawowymi zasadami stabilizacji tułowia, ergonomii ruchu i pracy

**Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:**

Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące i podsumowujące)	Forma zajęć dydaktycznych  <i>** wpisz symbol</i>
<b>W 01</b>	<b>K_W14</b>	Potrafi opisać i definiuje główne zagadnienia z zakresu fizjoprofilaktyki i promocji zdrowia, ergonomii	- sprawdzian	WY, CA,
<b>W 02</b>		Wie jakie znaczenie dla zdrowia mają prawidłowe odżywianie, nawyki żywieniowe, sen, rytm dobowy, wypoczynek i regeneracja,		
<b>W 03</b>		Wie na czym polega monitoring zdrowotny (analiza składu masy ciała, podstawowe założenia)		
<b>W 04</b>		Opisuje prozdrowotny wymiar aktywności fizycznej		
<b>U 01</b>	<b>K_U02</b>	Potrafi wykorzystać założenia prozdrowotnych możliwości aktywności fizycznej i dobrać formy ruchu w celu wspomagania prawidłowego funkcjonowania organizmu (stabilizacja tułowia, równowaga, propriocepcja, aktywność mięśniowa, trening funkcjonalny)	- obserwacja studenta podczas pracy (karta obserwacji studenta) - sprawdzian umiejętności praktycznych	WY, CA,
<b>U 02</b>		Potrafi przeprowadzić ocenę składu masy ciała i interpretować wynik,		
<b>U 03</b>		Potrafi wyjaśnić zasadność prowadzenia monitoringu zdrowotnego (np. na podstawie analizy składu masy ciała), w celu monitorowania zachowań		



	zdrowotnych		
** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM - ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ - praktyki zawodowe; SK - samokształcenie, EL - E-learning.			
Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 1 Umiejętności: 2 Kompetencje społeczne: 0			
<b>Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):</b>			
<b>Forma nakładu pracy studenta</b> (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)		<b>Obciążenie studenta (h)</b>	
1. Godziny kontaktowe:		16	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):		9	
Sumaryczne obciążenie pracy ta:		25	
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiotu</b>		1	
Uwagi		Zal/oc	
<b>Treść zajęć:</b> (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)			
<b>Wykłady</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wprowadzenie do zagadnień motoryki, fizjoprofilaktyki i promocji zdrowia</li><li>2. Prozdrowotny wymiar aktywności fizycznej, aktywność fizyczna i działania prozdrowotne.</li><li>3. Odżywianie a zdrowie, sen, rytm dobowy, wypoczynek i regeneracja</li></ol>			
<b>Ćwiczenia audytoryjne (CA)</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Główne założenia fizjoprofilaktyki, opis czynników wpływających na zdrowie,</li><li>2. Zalety systematycznej aktywności fizycznej, stabilizacja tułowia, równowaga, propriocepcja, aktywność mięśniowa, trening funkcjonalny, różne formy pracy z ciałem, oddech,</li><li>3. Odżywianie, analiza składu masy ciała jako działania monitorowanie zachowań zdrowotnych,</li><li>4. Ergonomia pracy, ergonomia ruchu, zagadnienia wstępne, organizacja stanowiska pracy siedzącej, stojącej oraz pracy fizjoterapeuty</li></ol>			
<b>Inne: Samokształcenie</b> <b>1. Bieżące przygotowanie do ćwiczeń wg wskazanego harmonogramu</b>			
<b>Literatura podstawowa:</b> (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) <ol style="list-style-type: none"><li>1. Drabik J., Resiak M. (red.). Styl życia w promocji zdrowia. Gdańsk: AWFIS, 2010.</li><li>2. Karski J. B. Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia. CeDeWu, 2003.</li><li>3. Syrek E., Edukacja zdrowotna. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2009.</li></ol>			
<b>Literatura uzupełniająca i inne pomoce:</b> (nie więcej niż 3 pozycje) <ol style="list-style-type: none"><li>1. Kozłowski R., Techniki stymulacji sensorycznej stosowane w zaburzeniach kontroli motorycznej, Terapia Manualna w modelu holistycznym, Listopad 2002 Nr.3</li><li>2. Traczyk W.Z., Trzebski A., Fizjologia człowieka z elementami fizjologii stosowanej i klinicznej, wydawnictwo lekarskie PZWL Warszawa 2001</li></ol>			
<b>Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:</b> (rzutnik multimedialny, sala gimnastyczna,			



analizator składu masy ciała)	
<b>Warunki wstępne:</b> (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu)	
<b>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu:</b> Zaliczenie pisemne 60 % prawidłowo wskazanych odpowiedzi.	
<b>Ocena:</b>	<b>Kryteria oceny:</b> (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem, )
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

**Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email**

Zakład Rehabilitacji w Dysfunkcjach Narządu Ruchu, Katedra Fizjoterapii

**Koordinator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email:**

**Anna Kołcz, [anna.kolcz-trzesicka@umed.wroc.pl](mailto:anna.kolcz-trzesicka@umed.wroc.pl)**

**Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć .**

Dr n.kt.fiz. Anna Kołcz, fizjoterapeuta, W, CA

**Data opracowania sylabusu**

**Sylabus opracował(a)**

10.06.2017

Anna Kołcz

**Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia**

.....

**Podpis Dziekana właściwego wydziału**

.....