***Załącznik nr 1a***

# Karta przedmiotu

# Cz. 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Informacje ogólne o przedmiocie** | | | | |
| **1. Kierunek studiów:** Fizjoterapia | | 1. **Poziom kształcenia:**   Jednolite studia magisterskie profil ogólnoakademicki   1. **Forma studiów:** niestacjonarne | | |
| **4. Rok:** I / cykl 2024-2029 | | **5. Semestr:** I,II | | |
| **6. Nazwa przedmiotu:** Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu | | | | |
| **7. Status przedmiotu:** obowiązkowy | | | | |
| **8. Cel/-e przedmiotu:**   * Poznanie teoretycznych i metodycznych podstaw procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych; * Nauka konstruowania treningu medycznego, zawierającego różnorodne ćwiczenia, dostosowywać poszczególne ćwiczenia do potrzeb ćwiczących; * Dobieranie odpowiednich przyrządów i przyborów do ćwiczeń ruchowych oraz stopniowanie trudności wykonywanych ćwiczeń; * Nauka dobierania poszczególnych ćwiczeń dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz wskazanie metodycznego uczenia ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego; * Nauka umiejętności ruchowych koniecznych do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń. * Rozwinięcie świadomości w zakresie konieczności prezentowania postawy promującej zdrowie oraz zwiększenie świadomości roli edukacji w środowisku zewnętrznym. * Stałe poprawianie poziomu aktywności fizycznej wśród studentów fizjoterapii   **Efekty uczenia się/odniesienie do efektów uczenia się** zawartych w *(właściwe podkreślić)*:  standardach kształcenia (Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego)/Uchwale Senatu SUM*(podać określenia zawarte w standardach kształcenia/symbole efektów zatwierdzone Uchwałą Senatu SUM)*  w zakresie wiedzy student zna i rozumie:C.W6  w zakresie umiejętności student potrafi:C.U5, C.U6, C.U07  w zakresie kompetencji społecznych student:OK\_K03, OK\_K10 | | | | |
| **9. Liczba godzin z przedmiotu** | **129** | **10. Liczba punktów ECTS dla przedmiotu** | | **7** |
| **11. Forma zaliczenia przedmiotu:** egzamin | | | | |
| **12. Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się** | | | | |
| Efekty uczenia się | Sposoby weryfikacji | | Sposoby oceny\*/zaliczenie | |
| W zakresie wiedzy | Test wielokrotnego wyboru | | **\*** | |
| W zakresie umiejętności | Realizacja zleconego zadania,  pokaz/zaliczenie praktyczne,  dyskusja | | **\*** | |
| W zakresie kompetencji | Przedłużona obserwacja przez opiekuna / nauczyciela akademickiego | | **\*** | |

**\*** w przypadku egzaminu/zaliczenia na ocenę zakłada się, że ocena oznacza na poziomie:

**Bardzo dobry (5,0)** - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i znacznym stopniu przekraczają wymagany poziom

**Ponad dobry (4,5)** - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i w niewielkim stopniu przekraczają wymagany poziom

**Dobry (4,0)** – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na wymaganym poziomie

**Dość dobry (3,5)** – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na średnim wymaganym poziomie **Dostateczny (3,0)** - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na minimalnym wymaganym poziomie

**Niedostateczny (2,0)** – zakładane efekty uczenia się nie zostały uzyskane.

**Karta przedmiotu**

**Cz. 2**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Inne przydatne informacje o przedmiocie** | | | | |
| **13. Jednostka realizująca przedmiot,** **adres, e-mail:**  Zakład Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu WNoZK  40-752 Katowice, ul. Medyków 8, aknapik@sum.edu.pl  *oraz*  Zakład Fizjoterapii Katedra Fizjoterapii  40-752 Katowice, ul. Medyków 12, fizjoterapia@sum.edu.pl | | | | |
| **14. Imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za realizację przedmiotu /koordynatora przedmiotu:**  dr hab. n. o zdr. Andrzej Knapik, prof. SUM; dr hab. n. o zdrowiu. Anna Brzęk, prof. SUM | | | | |
| **15. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:** - | | | | |
| **16. Liczebność grup** | | Zgodna z Zarządzeniem Rektora SUM | | |
| **17. Materiały do zajęć/ środki dydaktyczne** | | Prezentacje multimedialne, plansze i modele anatomiczne, demonstracja, pokaz z omówieniem, przybory i przyrządy do ćwiczeń fizycznych i stosowane w fizjoterapii | | |
| **18. Miejsce odbywania się zajęć** | | Sale wyznaczone przez dziekanat według harmonogramu, WNoZK; Zakład Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu  40-752 Katowice, ul. Medyków 8  orazsale Zakładu Fizjoterapii Katedry Fizjoterapii, ul. Medyków 12 (7 piętro) | | |
| **19. Miejsce i godzina**  **konsultacji** | | Podane indywidualnie przez wykładowców Zakładu Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu (Katowice, ul. Medyków 8) oraz Zakładu Fizjoterapii(Katowice, ul. Medyków 12, pokój 711WNoZ) | | |
| **20. Efekty uczenia się** | | | | |
| Numer przedmiotowego  efektu uczenia  się | Przedmiotowe efekty uczenia się | | Odniesienie do efektów uczenia się zawartych w *(właściwe podkreślić)*:  standardach kształcenia/  zatwierdzonych przez  Senat SUM | |
| P\_W1 | Zna etapy prawidłowego uczenia się i nauczania czynności ruchowych pod względem teoretycznym i metodycznym w wybranych zagadnieniach uwzględniających aspekt wieku, płci, sprawności fizycznej, dysfunkcji, z uwzględnieniem osób z niepełnosprawnością. | | C.W6  (CW\_06\_ZD)\* | |
| P\_U1 | Potrafi stopniować trudność ćwiczeń fizycznych, treningu medycznego w zależności od aktualnego stanu zdrowia. | | C.U5  (CU\_05\_ZD)\* | |
| P\_U2 | Potrafi dobrać odpowiednie przyrządy i przybory, uwzględniając modyfikację ćwiczeń ze wskazaniem na stan zdrowia. | | C.U5  (CU\_05\_ZD)\* | |
| P\_U3 | Potrafi dostosować ćwiczenia do realizacji wyznaczonego celu uwzględniającego wymagane potrzeby funkcjonalne, a także modyfikować ćwiczenia w zależności od możliwości motorycznych, funkcjonalnych, wieku i płci pacjenta. | | C.U6  (CU\_06\_ZD)\* | |
| P\_U4 | Potrafi w sposób właściwy zaprezentować poszczególne ćwiczenia oraz wyjaśnić zasady bezpieczeństwa podczas ich wykonywania. | | C.U7  (CU\_07\_KF)\* | |
| P\_K1 | Jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, związany z wykonywanie zawodu fizjoterapeutów | | OK\_K03\*, | |
| P\_K2 | Dba o poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do wykonywania zadań właściwych w działalności zawodowej fizjoterapeuty | | OK\_K10  (K\_K10\_FIZ)\* | |
| **21. Formy i tematy zajęć** | | | | **Liczba**  **godzin** |
| **21.1. Wykłady** | | | | **24** |
| Definiowanie podstawowych pojęć z zakresu kultury fizycznej: wychowania fizycznego, wychowania fizycznego specjalnego, sportu, sportu osób niepełnosprawnych, rehabilitacji, rekreacji. Miejsce kultury fizycznej w naukach o zdrowiu. Aktywność fizyczna: definiowanie, czynniki warunkujące poziom aktywności fizycznej, rodzaje aktywności, efekty aktywności, hipokinezja i akinezja, rodzaje aktywności fizycznej, pomiar aktywności. | | | | 2 |
| Aktywność fizyczna a bilans energetyczny. Pojęcie sprawności fizycznej – różne ujęcia i podejścia koncepcyjne, koncepcja Health-Related Fitness. Pomiar sprawności fizycznej: podejście autoteliczne i heteroteliczne. | | | | 2 |
| Nauka o ruchu: teoria motoryczności, kinezjologia, antropomotoryka – przegląd poglądów. Struktura motoryczności: zdolności motoryczne a umiejętności ruchowe. Zdolności motoryczne kondycyjne i koordynacyjne – struktura. Zdolności siłowe jako efekt pracy mięśniowej, wydolność a wytrzymałość. Koordynacja ruchowa, poziomy koordynacyjne, specyficzne zdolności koordynacyjne. Miejsce gibkości w strukturze motoryczności. | | | | 3 |
| Idea, treść i forma ruchu, akt ruchowy w ujęciu kinezjologicznym. Istota kształcenia ruchowego. Uczenie się motoryczne mimowolne i intencjonalne, etapy i determinanty uczenia się motorycznego, ogniwa procesu kształcenia motorycznego. Zasady dydaktyczne uczenia motorycznego dla potrzeb fizjoterapii. | | | | 3 |
| Metody analityczna, syntetyczna, kombinowana. Metody odtwórcze, proaktywne i twórcze. Rola środków przekazu: pokaz, przekaz słowny w kształceniu ruchowym osób sprawnych i niepełnosprawnych. | | | | 2 |
| Akty ruchowe w ujęciu rozwojowym. Etapy opanowywania czynności ruchowych. Postawa i lokomocja w ujęciu rozwojowym. | | | | 2  E-learning |
| Edukacja i reedukacja posturalna – metody, formy i środki w kształtowaniu prawidłowej postawy ciała dzieci i młodzieży45 | | | | 2  E-learning |
| Aktywność fizyczna wpływająca na kształtowanie prawidłowego rozwoju integracji sensomotorycznej (ćwiczenia doskonalące praksję, somatognozję,kinestezję, lateralizację) | | | | 3  E-learning |
| Kształtowanie wybranych czynności manualnych- edukacja i reedukacja funkcji kończyny górnej, lateralizacja. | | | | 3  E-learning |
| Potrzeby i możliwości kształtowania, doskonalenia i przywracania zdolności lokomocyjnych człowieka. Edukacja i reedukacja chodu, edukacja osób poruszających się na wózku inwalidzkim, ogólne zasady lokomocji na wózkach inwalidzkich. Pokonywanie barier architektonicznych | | | | 2  E-learning |
| **21.2. Seminaria** | | | | **0** |
| **21.3. Ćwiczenia** | | | | **105** |
| Siatkówka - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska w siatkówce, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, Nauka podania piłki sposobem górnym | | | | 3 |
| Siatkówka - Nauka podania piłki sposobem dolnym, Nauka zagrywki sposobem górnym. | | | | 3 |
| Siatkówka - Nauka zbicia piłki w ataku z II i IV strefy, Doskonalenie elementów techni5ki gry w siatkówkę w grach i zabawach. | | | | 4 |
| Piłka nożna - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, Nauka uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy w miejscu i w ruchu. | | | | 3 |
| Piłka nożna - Nauka przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy, prostym podbiciem i klatką piersiową, nauka prowadzenia piłki wewnętrznym i zewnętrznym podbiciem. | | | | 3 |
| Piłka ręczna - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, nauka podań i chwytów piłki sposobem półgórnym, górnym. | | | | 3 |
| Piłka ręczna - Nauka rzutu piłki z wyskoku w przód i w górę, nauka kozłowania w piłce ręcznej, nauka rzutu piłki z miejsca i z biegu. | | | | 4 |
| Koszykówka - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, nauka kozłowania piłki lewą i prawa ręką w miejscu i w ruchu. | | | | 3 |
| Koszykówka - Nauka podań i chwytów piłki w miejscu i w ruchu, Nauka rzutu piłki do kosza z miejsca. | | | | 3 |
| Koszykówka - Nauka rzutu piłki do kosza z biegu po kozłowaniu. Nauka rzutu do kosza z biegu po podaniu bez kozłowania. Doskonalenie elementów techniki gry w koszykówkę w grach i zabawach. | | | | 4 |
| Gimnastyka - Nauka przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego. Nauka przewrotu w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego. Nauka przerzutu bokiem. | | | | 4 |
| Lekkoatletyka - Nauka skipu A, B, C., Nauka startów z pozycji niskiej i wysokiej, Nauka przekazania pałeczki sztafetowej. | | | | 4 |
| Sporty siłowe i aerobowe - Ćwiczenia siłowe w formie obwodu stacyjnego, Ćwiczenia aerobowe przy muzyce | | | | 4 |
| Nauka pracy ramion do kraula na piersiach | | | | 1 |
| Nauka skoku startowego i nawrotu do kraula na piersiach | | | | 1 |
| Nauka pracy ramion do stylu grzbietowego. | | | | 1 |
| Nauka pracy nóg do stylu grzbietowego. | | | | 1 |
| Nauka skoku startowego i nawrotu do stylu grzbietowego. | | | | 1 |
| Nauka pracy nóg do stylu klasycznego. | | | | 1 |
| Nauka pracy rąk do stylu klasycznego. | | | | 1 |
| Nauka skoku startowego i nawrotu do stylu klasycznego. | | | | 1 |
| Nauka pracy ramion do stylu motylkowego. | | | | 1 |
| Nauka pracy nóg do stylu motylkowego. | | | | 1 |
| Nauka skoku startowego i nawrotu w stylu motylkowym. | | | | 1 |
| Doskonalenie wybranych stylów pływackich i zaliczenie dystansu 50 m wybranym stylem | | | | 4 |
| Pozycje do ćwiczeń, przybory i przyrządy stosowane w okresie ciąży Ćwiczenia fizyczne stosowane w poszczególnych okresach połogu. Pozycje do ćwiczeń, przybory i przyrządy stosowane w okresie połogu | | | | 3 |
| Stymulacja prawidłowego rozwoju psychomotorycznego dziecka poprzez prawidłową pielęgnację i opiekę. Opanowanie umiejętności pielęgnacji małego dziecka. Prawidłowe podnoszenie, układanie małego dziecka | | | | 3 |
| Ćwiczenia wpływające na kształtowanie SI (Integracji Sensomotorycznej)- wykorzystanie przyborów i przyrządów do ćwiczeń stymulujących poszczególne układy (układ proprioceptywny, westybularny), doskonalenie kinestezji, praksji | | | | 3 |
| Ćwiczenia stosowane w okresie podeszłym- wskazania, p-wskazania | | | | 3 |
| Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu prawidłowego rozwoju, SI, okresu ciąży i wieku podeszłego- prezentowanie wylosowanych zadań z uwzględnieniem przyborów i przyrządów stosowanych w fizjoterapii i fizjoprofilaktyce | | | | 3 |
| Reedukacja funkcji chodu - ćwiczenia stosowane w I,II,III etapie reedukacji chodu - prawidłowe i nieprawidłowe pozycje do ćwiczeń, wykorzystanie różnorodnych przyborów (piłki, wałki,krążki) oraz przyrządów (Terapii Master, drabinka) | | | | 3 |
| Edukacja chorego poruszania się o kulach łokciowych i pachowych - dobór kul, nauka wstawania, chodzenia po schodach | | | | 3 |
| Edukacja chorego poruszania się o balkoniku, na wózku inwalidzkim | | | | 3 |
| Pokonywanie barier architektonicznych | | | | 3 |
| Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu reedukacji chodu - prezentowanie wylosowanych zadań z uwzględnieniem przyborów i przyrządów stosowanych w fizjoterapii i fizjoprofilaktyce | | | | 3 |
| Edukacja posturalna – zasady doboru ćwiczeń | | | | 3 |
| Błędy popełniane w trakcie ćwiczeń korekcyjnych - pozycje wyjściowe stosowane w gimnastyce korekcyjnej, przybory i przyrządy - metodyka prowadzenia ćwiczeń korekcyjnych | | | | 3 |
| Ćwiczenia kształtujące i ich modyfikacje w przypadku wad w płaszczyźnie strzałkowej, czołowej i wielopłaszczyznowe. | | | | 3 |
| Ćwiczenia wykonywane w warunkach domowych - bez specjalistycznego sprzętu | | | | 3 |
| Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu reedukacji posturalnej | | | | 3 |
| **22. Literatura** | | | | |
| 1. Nowotny J. (red.).: Edukacja i reedukacja ruchowa. Wyd. Kasper, Kraków, 2003. 2. Nowotny J. i wsp.: Podstawy fizjoterapii. Część 1-3. Wyd. Kasper, Kraków, 2004-2005. 3. Raczek J., Mynarski W., Ljach W.: Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych. AWF Katowice 2002. 4. Brzęk Anna, Famuła Anna, Sołtys Jacek: Kształtowanie zdolności motorycznych w procesie ontogenezy. Aspekty teoretyczne i wskazówki praktyczne. Skrypt dla studentów Fizjoterapii. Wydawnictwo SUM 2013 5. Osiński W.: Antropomotoryka. AWF Poznań 2003Wytyczne WHO dotyczące aktywności fizycznej i siedzącego trybu życia. WHO, Genewa, 2021 6. Brzęk A. Czy możliwe jest dostosowanie sylwetki do wzoru prawidłowej postawy ciała. [w]: Bąk-Sosnowska M., Szmaglińska K., Brzęk A. Ciało i jego konteksty - od poszukiwania kontroli po świadomość zniewolenia. Wyd. SUM, Katowice, 2018 | | | | |
| **23. Kryteria oceny – szczegóły** | | | | |
| Zgodnie z zaleceniami organów kontrolujących.  Zaliczenie przedmiotu - student osiągnął zakładane efekty uczenia się.  Szczegółowe kryteria zaliczenia i oceny z przedmiotu są zamieszczone w regulaminie przedmiotu – w oparciu o szczegółową skalę ocen i zasady zaliczenia  *Kryteria ocen z zakresu kompetencji społecznych* ocenianych przez prowadzącego, kolegów i pacjentów w formie przedłużonej obserwacji postaw i zachowań:  **5,0** – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb wysokiego poziomu sprawności fizycznej, chętnie uczestniczy w działaniach promujących zdrowie w Uczuleni i poza Uczelnią.  **4,5** – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia, często poszukuje wiedzy w dodatkowych źródłach, bazach publikacji, Potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Dba o poziom sprawności fizycznej, uczestniczy w działaniach promujących zdrowie w Uczelni.  **4,0** – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia, poszukuje wiedzy w dodatkowych źródłach. W większości przypadków potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Dba o poziom sprawności fizycznej  **3,5** – Prawie zawsze jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia. W większości przypadków potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Rozumie potrzebę dbania o poziom sprawności fizycznej i uczestnictwa w działaniach promujących zdrowie i stara się wdrożyć tą wiedzę w praktykę.  **3,0** –W większości przypadków zrozumie potrzebę ustawicznego kształcenia. Zazwyczaj potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Wykazuje przeciętny poziom sprawności fizycznej.  **2,0** –Nie rozumie potrzeby zwiększania poziomu wiedzy o dodatkowe źródła, Nie potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole, Nie dba o poziom aktywności fizycznej, nie rozumie potrzeby promocji zdrowia. | | | | |