**WSPiA im. Mieszka I**

**WYDZIAŁ ZDROWIA PUBLICZNEGO –**   
**KIERUNEK Wychowanie Fizyczne**

**STUDIA I STOPNIA**

**SYLABUS PRZEDMIOTOWY**

**Informacje ogólne**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nazwa przedmiotu: Metody diagnozowania stanu zdrowia i sprawności fizycznej. | | | | | | |
| **1. Kod przedmiotu: 1WF-III/5-60** | | **2. Liczba punktów ECTS: 4** | | | | |
| **3. Kierunek:** | **Wychowanie fizyczne** | **7. Liczba godzin:** | | **ogółem** | **wykłady** | **ćwiczenia**  **/inne akt.** |
| **4. Specjalność:** | Nauczycielska | **8. Studia stacjonarne:** | | 40 | 15 | 25 |
| **5. Rok studiów** | **III** | **9. Studia niestacjonarne:** | | 30 | 6 | 24 |
| **6. Semestr:** | **V** | **10. Poziom studiów:** | | I | | |
|  | |
| **Koordynator przedmiotu i osoby prowadzące** (imię nazwisko, tytuł/stopień naukowy; mail kontaktowy: Izabela Krot, magister, [i.krot@wp.pl](mailto:i.krot@wp.pl) | | | | | | |
| **11. Forma zaliczenia:** | **egzamin** | **12. Język wykładowy:** | **polski** | | | |

**Informacje szczegółowe**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.Cele przedmiotu /cele uczenia się 5 – 10 (intencje wykładowcy):** | |
| **C1** | Nabycie wiedzy z zakresu podstawowych metod diagnostycznych w sporcie. |
| **C2** | Zapoznanie studentów ze znaczeniem oceny sprawności klienta/ucznia/sportowca dla potrzeb planowania treningu. |
| **C3** | Zapoznanie studentów z metodami określającymi poziom sprawności i jej zaawansowania w różnych grupach wiekowych. |
| **C4** | Zapoznanie studentów ze znaczeniem współpracy między trenerem, fizjoterapeutą i lekarzem oraz zaznaczenie ich roli i kompetencji w procesie rehabilitacji. |
| **C5** | Opanowanie wiedzy z oceny funkcjonalnej oraz identyfikacji i interpretacji najsłabszych punktów sprawności fizycznej podopiecznego. |
| **C6** | Zapoznanie studentów z podstawowymi terminami stosowanymi w fizjoterapii i sporcie. |

|  |
| --- |
| **2. Wymagania wstępne**: |
| **Student posiada wiedzę z zakresu anatomii, fizjologii, gimnastyki korekcyjnej i biomechaniki.** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Efekty uczenia się wybrane dla przedmiotu (kierunkowe, specjalnościowe, specjalizacyjne):** | | | | | |
|  | | | | | |
| ***W zakresie wiedzy*** | | | | | |
|  | | | | | |
| **Symbol kierunkowego efektu uczenia się** | | **Symbol przedmiotowego efektu uczenia się** | **Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu**  **założonego efektu uczenia się**  **kierunkowego**  ***(Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się student:)*** | **Sposób weryfikacji**  **efektu** | **Symbol**  **postawionego celu/ów** |
| K1A\_W01SD | | P60\_W1 | Zna podstawowe terminy stosowane w fizjoterapii i w sporcie. | Odpowiedź ustna | C6 |
| K1A\_W04SD | | P60\_W2 | Posiada wiedzę teoretyczną i praktyczną w zakresie podstaw traumatologii sportu, metod treningu oraz testów sprawnościowych stosowanych w sporcie. | Odpowiedź ustna | **C2,C3,C5** |
| K1A\_W02SD | | P60\_W3 | Zna zasady programowania obciążeń wysiłkowych, testów zależnych od uprawiania dyscypliny  i kontroli reakcji na nie, organizmu dorosłych i dzieci. | Odpowiedź ustna | **C3** |
| K1A\_W07SD | | P60\_W4 | Zna podstawowe zasady profilaktyki i diagnostyki uszkodzeń sportowych. | Odpowiedź ustna | **C1,C2,C3,C4** |
|  | | | | | |
| ***W zakresie umiejętności*** | | | | | |
|  | | | | | |
| **Symbol kierunkowego efektu uczenia się** | **Symbol przedmiotowego efektu uczenia się** | | **Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu**  **założonego efektu uczenia się**  **kierunkowego** | **Sposób weryfikacji**  **efektu** | **Symbol**  **postawionego celu/ów** |
| K1A\_U01SD | P60\_U1 | | Posiada umiejętność pomiaru podstawowych wskaźników fizjologicznych, sprawnościowych, przeprowadzenia i interpretacji wyników prób i testów wysiłkowych, klinicznych oraz sprawnościowych. | Egzamin ustny/egzamin pisemny | C2,C3 |
| K1A\_U07 | P60\_U2 | | potrafi posługiwać się podstawowymi urządzeniami, sprzętem i aparaturą, stosowanymi w zawodzie nauczyciela wychowania fizycznego i trenera. | Egzamin ustny/egzamin pisemny | C1 |
| K1A\_U08 | P60\_U3 | | potrafi dokonać oceny stanu zdrowia i sprawności fizycznej (jej komponentów) oraz zinterpretować objawy i przyczyny wybranych zaburzeń i zmian w zakresie niezbędnym dla nauk o kulturze fizycznej. | Egzamin ustny/egzamin pisemny | C1,C2,C3,C5,C6 |
| K1A\_U11 | P60\_U4 | | potrafi podjąć działanie diagnostyczne i terapeutyczne  w zakresie korekcji wad postawy na poziomie kompetencji nauczyciela wychowania fizycznego i trenera. | Egzamin ustny/egzamin pisemny | C3,C4,C5 |
| ***W zakresie kompetencji społecznych*** | | | | | |
|  | | | | | |
| **Symbol kierunkowego efektu uczenia się** | **Symbol przedmiotowego efektu uczenia się** | | **Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu**  **założonego efektu uczenia się**  **kierunkowego** | **Sposób weryfikacji**  **efektu** | **Symbol**  **postawionego celu/ów** |
| K1A\_K02 | P60\_K1 | | dokonuje samooceny własnych kompetencji oraz posiada świadomość własnych ograniczeń | Odpowiedź ustna/praca w grupach | C4 |
| K1A\_K02SD | P60\_K2 | | Gotów do pracy zespołowej z lekarzem lub fizjoterapeutą przy konkretnym zawodniku lub grupie zawodników. | Odpowiedź ustna/praca w grupach | C4 |
| K1A\_K01SD | P60\_K3 | | Wykazuje kreatywność w doborze odpowiedniej metody diagnostycznej i testów sprawnościowych poprzez ciągłe dokształcanie. | Odpowiedź ustna/praca w grupach | C1,C5 |
| K1A\_K05SD | P60\_K4 | | Wykazuje postawę promującą potrzebę profilaktyki z wcześniejszą diagnostyką w realizowaniu zdrowego, aktywnego trybu życia. | Odpowiedź ustna/praca w grupach | **C4** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4. Treści programowe- problematyka ćwiczeniowa**: | | |
| **Symbol treści programowych uczenia się** | **Treści programowe** | **Odniesienie do efektów uczenia się-**  **Symbol** |
| **1** | **Znaczenie funkcjonalnej i obiektywnej oceny podopiecznego dla potrzeb planowania odpowiedniej intensywności i formy wysiłku fizycznego.** | K1A\_W02SD |
| **2** | **Założenia funkcjonalnej oceny motorycznej FMS i ich interpretacja.** | K1A\_U07 |
| **3** | **Ocena funkcjonalna oraz identyfikacja słabych ogniw sprawności fizycznej podopiecznego.** | K1A\_U08 |
| **4** | **Testy oceny funkcjonalnej i ich interpretacja.** | K1A\_U08 |
| **5** | **Testy oceny motorycznej i ich interpretacja.** | K1A\_U08 |
| **6** | **Znaczenie bólu w kontekście regresji i progresji ćwiczeń fizycznych.** | K1A\_U08 |
| **7** | **Dostosowanie rodzaju sportu do rodzaju testów sprawnościowych.** | K1A\_K01SD |
| **8** | **Poznanie dodatkowego sprzętu pomocnego w ocenie sprawności fizycznej.** | K1A\_U07 |
| **9** | **Nauka odpowiedniej asekuracji i umiejętności tworzenia bezpiecznego otoczenia podczas oceny sprawności fizycznej podopiecznego.** | K1A\_U01SD |
| **10** | **Praktyczne wykonanie podstawowych testów klinicznych i ortopedycznych w celu dokładnej analizy dysfunkcji podopiecznego.** | K1A\_U08  K1A\_U11 |
| **11** | **Analiza postawy ciała podopiecznego w statyce i dynamice.** | K1A\_U11  K1A\_W04SD |
| **12** | **Porównanie testów sprawności fizycznej u dzieci i u dorosłych.** | K1A\_W02SD  K1A\_W01SD |
| **4. Treści programowe** **-problematyka wykładowa:** | | |
|  | **Omówienie sytuacji w których potrzebne jest odesłanie podopiecznego do specjalisty w celu wykonania dalszej diagnostyki.** | K1A\_K02SD  K1A\_K02SD |
|  | **Omówienie kompetencji trenera w procesie rehabilitacji.** | K1A\_K02SD  K1A\_K02 |
|  | **Zaznajomienie studentów z pojęciami zdrowia i sprawności fizycznej.** | K1A\_W07SD  K1A\_K05SD |

|  |
| --- |
| **5.Warunki zaliczenia:**  **(typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:** |
| **Egzamin ustny/pisemny.**  **Wymagania minimalne do zaliczenia przedmiotu - Ocena dostateczna - 60%.** |

|  |
| --- |
| **6. Metody prowadzenia zajęć:** |
| Praca w grupach, ćwiczenia praktyczne, analiza przypadku. |

|  |  |
| --- | --- |
| **7. Literatura *(podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez studentów a nie wykorzystywane przez wykładowcę)*** | |
| **Literatura obowiązkowa**: | **Literatura zalecana**: |
| Indeks sprawności fizycznej K.Zuchory | Trening Funkcjonalny – Juan Carlos Santana |
| Testy kliniczne Klaus Buckup | Nowoczesny Trening funkcjonalny Michael Boyle |
| Testy kliniczne w fizjoterapii. Badanie narządu ruchu. Praktyczny przewodnik po metodach badania układu mięśniowo-szkieletowego  Dariusz Ciborowski | Diagnoza różnicowa dla fizjoterapeutów – Catherine Cavallaro Goodman, John Heick, Rolando T. Lazaro |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **8. Kalkulacja ECTS – proponowana:**  ***(na podstawie poniższego przykładu)*** | | |
| **Forma aktywności/obciążenie studenta** | | **Godziny na realizację/ studia stacjonarne** | **Godziny na realizację/studia niestacjonarne** |
| Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą | | 40 | *30* |
| Praca własna studenta | | 40 | 50 |
| Studia literaturowe | | 20 | 20 |
| Przygotowanie prezentacji *(o ile występuje)* | |  |  |
| SUMA GODZIN | | 100 | 100 |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW **ECTS** DLA PRZEDMIOTU | | **4** | 4 |

***Niniejszy dokument jest własnością WSPiA im. Mieszka I i nie może być kopiowany, przetwarzany, publikowany, przegrywany, przesyłany pocztą, przekazywany, rozpowszechniany lub dystrybuowany w inny sposób. Dokument podlega ochronie wynikającej z ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych oraz ustawie* z *dnia 29 sierpnia 1997 r.* o *ochronie danych osobowych.***