

POZNAŃSKA AKADEMIA MEDYCZNA NAUK STOSOWANYCH
IM. KSIĘCIA MIESZKA I W POZNANIU

WYDZIAŁ LEKARSKI
KIERUNEK LEKARSKI
JEDNOLITE STUDIA MAGISTERSKIE
PROFIL OGÓLNOAKADEMICKI

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

Informacje ogólne

Nazwa zajęć:										
AKTYWNOŚĆ RUCHOWA PROMOCJĄ ZDROWIA										
1. Kod zajęć: L_II-3_83A			2. Liczba punktów ECTS: 3							
3. Kierunek:	Lekarski		6. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	e-learning	ćwiczenia	konwersatoria	Praktyczne nauczanie kliniczne	Praktyki zawodowe
4. Rok studiów	II		7. Zajęcia stacjonarne:	30				30		
5. Semestr:	III		8. Poziom studiów:	JEDNOLITE MAGISTERSKIEJ						
Koordynator przedmiotu i osoby prowadzące zajęcia:										
dr Artur Salamon										
9. Forma zaliczenia:	Zaliczenie z oceną		10. Język wykładowy:		polski					

Informacje szczegółowe

1. Cele kształcenia 5 – 10 (intencje wykładowcy):	
C1.	Poznanie miejsca aktywności fizycznej w promocji zdrowia.
C2.	Nauczenie promowania zdrowia poprzez ruch.

2. Wymagania wstępne:
Brak.

3. Efekty uczenia się wybrane dla zajęć:				
W zakresie wiedzy				
Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się (Po zakończeniu zajęć dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się słuchacz:)	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
D.W2.	L_82A-II_D.W2.	Zna i rozumie społeczne czynniki wpływające na zachowania w zdrowiu i w chorobie;	Zaliczenie w formie pisemnej, obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2
D.W14.	L_82A-II_D.W14.	Zna i rozumie zasady promocji zdrowia, jej zadania i główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia;		C1, C2
D.W15.	L_82A-II_D.W15.	Zna i rozumie zasady motywowania pacjenta do prozdrowotnych zachowań;		C1, C2
W zakresie umiejętności				
Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
D.U2.	L_82A-II_D.U2.	Potrafi dostrzegać oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych oraz właściwie na nie reagować;	Obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2
D.U9.	L_82A-II_D.U9.	Potrafi udzielać porad w kwestii prozdrowotnego trybu życia;		C1, C2
D.U16.	L_82A-II_D.U16.	Potrafi wykazywać odpowiedzialność za podnoszenie swoich kwalifikacji i przekazanie wiedzy innym;		C1, C2

<i>W zakresie kompetencji społecznych</i>				
Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K.4.	L_82A-II_K.4.	Posiada świadomość własnych ograniczeń i umiejętność stałego dokształcania się.	Obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2

4. Treści programowe:		
Symbol treści programowych	Treści programowe	Odniesienie do efektów uczenia się
ĆWICZENIA		
T1	Definicja promocji zdrowia.	D.W2., D.W14., D.W15., D.U2., D.U9., D.U16., K.4.
T2	Miejsce aktywności fizycznej w promocji zdrowia.	
T3	Wytyczne WHO dotyczące podejmowania aktywności fizycznej w zależności od grupy wiekowej.	
T4	Zalecenia dotyczące podejmowania aktywności fizycznej w zależności od stanu zdrowia.	
T5	Znaczenie ruchu w wybranych schorzeniach.	
T6	Rola aktywności fizycznej w aspekcie dobrostanu psychicznego.	
T7	Choroby cywilizacyjne a brak ruchu, siedzący tryb życia, nieprawidłowe odżywianie, nieodpowiednia higiena snu, stres.	
T8	Omówienie Narodowego Programu Zdrowia ze szczególnym uwzględnieniem tematyki promocji aktywności fizycznej.	
T9	Rola lekarza w promowaniu zdrowego stylu życia.	
T10	Motywowanie pacjentów do podejmowania aktywności fizycznej w ramach profilaktyki zdrowia.	

5. ĆWarunki zaliczenia: (typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:
D – DIAGNOSTYCZNY – sprawdziany, odpowiedzi ustne. F – FORMUŁUJĄCE – obserwacja studenta. P – PODSUMOWUJĄCE – test końcowy. Zaliczenie: test zawierający 10 pytań jednokrotnego wyboru zawierających wszystkie elementy realizowanego przedmiotu (P). Przedmiot kończy się zaliczeniem . By podejść do zaliczenia końcowego z przedmiotu, warunkiem jest pozytywne zaliczenie poszczególnych części przedmiotu oraz obecność 100% na zajęciach.

Progi procentowe: test 93%-100% bardzo dobry -5,0 84%-92% ponad dobry -4,5 76%-83% dobry -4,0 68%-75% dość dobry -3,5 60%-67% dostateczny -3,0 poniżej 60% niedostateczny -2,0	5	Bardzo dobry – znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje
	4,5	Ponad dobry – bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
	4	Dobry – dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
	3,5	Dość dobry – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, ale ze znacznymi niedociągnięciami
	3	Dostateczny – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, z licznymi błędami (próg 60%)
	2	Niedostateczny – niezadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje (poniżej 60%)

6. Metody prowadzenia zajęć:

Ćwiczenia z prezentacją, filmami, praca studentów w grupach oraz praca indywidualna.

7. Literatura (podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez słuchaczy a nie wykorzystywane przez wykładowcę)

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Polechoński J., Rozpara M., <i>Aktywność fizyczna w profilaktyce i promocji zdrowia</i> , Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice 2021.	Osiński W., <i>Nadwaga i otyłość</i> , PZWL, Warszawa 2017.
Gromadzka-Ostrowska J., <i>Edukacja prozdrowotna i promocja zdrowia</i> , Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2019.	
Łuczak J., <i>Zdrowotne aspekty aktywności fizycznej</i> , Wielkopolska Wyższa Szkoła Turystyki i Zarządzania, Poznań 2010.	

8. Kalkulacja ECTS – proponowana: (na podstawie poniższego przykładu)	
Forma aktywności/obciążenie studenta	Godziny na realizację
Godziny zajęć (wg harmonogramu realizacji programu studiów) z wykładowcą	60
Praca własna studenta	10
Studia literaturowe	20
SUMA GODZIN	90
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA ZAJĘĆ	3

Niniejszy dokument jest własnością ANS im. Księcia 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 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (t.j. Dz. U. z 2019 r. poz. 1781).