

**Poznańska Akademia Medyczna**  
**Nauk Stosowanych im. Księcia Mieszka I**  
**Wydział Nauk Medycznych –**  
**Kierunek *Fizjoterapia***  
**Jednolite Studia Magisterskie**  
**Sylabus Przedmiotowy**

**Informacje ogólne**

<b>Nazwa przedmiotu: Odnowa biologiczna</b>					
<b>1. Kod przedmiotu: 1F/2-35</b>			<b>2. Liczba punktów ECTS: 2</b>		
<b>3. Kierunek:</b>	<b>FIZJOTERAPIA</b>	<b>7. Liczba godzin:</b>	<b>ogółem</b>	<b>wykłady</b>	<b>ćwiczenia /inne akt.</b>
<b>4. Specjalność:</b>		<b>8. Studia stacjonarne:</b>			
<b>5. Rok studiów</b>	<b>1</b>	<b>9. Studia niestacjonarne:</b>	<b>25</b>	<b>5</b>	<b>20</b>
<b>6. Semestr:</b>	<b>2</b>	<b>10. Poziom studiów:</b>	<b>JSM</b>		
<b>11. Forma zaliczenia:</b>	<b>zaliczenie</b>	<b>12. Język wykładowy:</b>	<b>Polski</b>		

**Informacje szczegółowe**

<b>1.Cele przedmiotu /cele uczenia się:</b>	
C 1.	Nauka wiedzy z zakresu odnowy biologicznej, ze szczególnym uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do wykonywania poszczególnych zabiegów odnowy biologicznej;
C 2.	Poznanie roli i możliwości zastosowania zabiegów z zakresu fizjoterapii w kompleksowej odnowie biologicznej;
C 3.	Nauka wykonywania zabiegów stosowanych w odnowie biologicznej, umiejętności łączenia zabiegów oraz dobieraniem ich intensywności w zależności od oczekiwanego rezultatu działania.

**2. Wymagania wstępne:** Przed przystąpieniem do zajęć student posiada wiedzę z zakresu: fizykoterapii, kinezyterapii, masażu, fizjologii

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 / specjalnościowego (Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się student:)	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
C.W8 O.W6	P35_W01	Zna wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;	Zaliczenie teoretyczne	C1,C2,C3
C.W9 O.W5	P35_W02	Zna teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;	Zaliczenie teoretyczne	C1,C2,C3
C.W10 O.W6	P38_W03	Zna wskazania i przeciwwskazania do stosowania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;	Zaliczenie teoretyczne	C1,C2,C3
W zakresie umiejętności				
Symbol kierunkowego efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia się kierunkowego / specjalnościowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
C.U9 O.U1	P35_U01	Potrafi obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii, fizykoterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;	Zaliczenie praktyczne	C1,C2,C3
C.U11 O.U1	P35_U02	Umie zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;	Zaliczenie praktyczne	C1,C2,C3
C.U12 O.U1	P35_U03	Potrafi obsługiwać aparaturę do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;	Zaliczenie praktyczne	C1,C2,C3
W zakresie kompetencji społecznych				
Symbol kierunkowego efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia się kierunkowego / specjalnościowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K_K02 O.K8	P35_K01	Systematycznie analizuje postępowanie fizjoterapeutyczne i wyciąga wnioski w kontekście	Obserwacja, dyskusja	C1,C2,C3

		poprawy jakości pracy, analizy błędów oraz zachowania zasad bezpieczeństwa pracy.		
K_K03 O.K7	P35_K02	Posiada umiejętności komunikacyjne, zna swoje obowiązki i miejsce w grupie społecznej oraz reprezentuje postawę prospołeczną.	Obserwacja, dyskusja	C1,C2,C3
K_K04 O.K4	P35_K03	Zna prawa pacjenta, wykazuje postawę szacunku wobec pacjenta. Dbą o prestiż zawodu fizjoterapeuty.	Obserwacja, dyskusja	C1,C2,C3

#### 4. Treści programowe:

Symbol treści programowych uczenia się	Treści programowe	Odniesienie do efektów uczenia się- Symbol
TK_1	Wprowadzenie do przedmiotu – podstawowe pojęcia i definicje	K_K02  K_K03  K_K04  O.W5  O.U1  OK8
TK_2	Współczesne poglądy na proces odnowy biologicznej w sporcie, bioregeneracji i rekonwalescencji	K_K02  K_K03  K_K04  O.W5  O.U1  OK8
TK_3	Procesy fizjologiczne i biochemiczne w organizmie podczas i po obciążeniu pracą Właściwości procesów wypoczynkowych	C.W9  C.W8  C.W10  C.U9  C.U11  C.U12  O.W5

		O.U1 OK8
TK_4	Cele, zadania, środki i metody odnowy biologicznej	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12
TK_5	Miejsce i rola medycyny fizykalnej w sporcie, bioregeneracji i rekonwalescencji	C.W9  C.W8  C.W10  C.U9  C.U11  C.U12  K_K02  K_K03  K_K04  O.W5  O.U1  OK8
TK_6	Metody fizjoterapeutyczne w aktywizacji i optymalizacji procesów wypoczynkowych, profilaktyce negatywnych skutków pracy. i hartowaniu organizmu	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12
TK_7	Metody hartujące i wzmacniające organizm.	C.W9  C.W8  C.W10  C.U9  C.U11  C.U12  O.W5  O.U1  OK8

TK_8	Masaże i automasaże profilaktyczne w odnowie biologicznej.	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12 O.W5 O.U1 OK8
TK_9	Programowanie zabiegów fizykalnych we wspomaganiu pracy i wypoczynku.	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12 O.W5 O.U1 OK8
TK_10	Programowanie zabiegów w odnowie biologicznej -na wybranych przykładach.	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12 O.W5 O.U1 OK8
TK_11	Programy odnowy biologicznej w różnych dyscyplinach sportowych.	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9

		C.U11 C.U12 O.W5 O.U1 OK8
TK_12	Prezentacje własnych programów odnowy biologicznej.	C.W9 C.W8 C.W10 C.U9 C.U11 C.U12 K_K02 K_K03 K_K04 O.W5 O.U1 OK8

\* treści zajęć do zrealizowania z uwzględnieniem nauczania i uczenie się z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość.

#### 5. Warunki zaliczenia:

(typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:

D – pytania zadawane podczas zajęć, inscenizowanie scen zawodowych

F – w semestrze studenci przygotowują i prezentują prezentację jednego z wybranych droga losowania tematów, jest to forma zaliczenia konwersatoriów

P- zaliczenie praktyczne: ustne, z pokazem czynności praktycznych

W semestrze student nie może mieć więcej niż 3 nieobecności, przekroczenie limitu nieobecności skutkuje niezaliczeniem przedmiotu

**Wykład:** P+F- zaliczenie ustne z następującymi progami procentowymi:

Wymagania minimalne do zaliczenia przedmiotu:

Ocena bardzo dobra - 91%-100% znakomita wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne

Ocena ponad dobra - 84%-90% ponad dobra wiedza , umiejętności i kompetencje społeczne

Ocena dobra – 75%-83% dobra wiedza , umiejętności i kompetencje społeczne  
 Ocena dostateczna plus (dość dobry) – 69%-74%– dostateczna wiedza umiejętności i kompetencje społeczne  
 Ocena dostateczna - 60%-68% dostateczna wiedza umiejętności i kompetencje społeczne  
 Ocena niedostateczna - poniżej 60 % niezadowolająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne

## 6. Metody prowadzenia zajęć:

Praca w parach, dyskusja, wykład, prezentacje ppt.

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

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Kasprzak W., Mankowska A. — Fizykoterapia, medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL, Warszawa 2017	Gieremek K., Dec L. Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna. HasMed, Katowice 2007
Magiera L. Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej. Bio-styl, Kraków 2018	Pawelec R., Szczuka E., Laber W. Metodyka masażu w odnowie biologicznej. AGIW, Wrocław 2011
Górski J. Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, Warszawa 2020	Clemenceau J.P., Delavier F., Gundill M. Stretching. Ilustrowany przewodnik. PZWL, Warszawa 2017
	Starrett K., Cordoza G. Bądź sprawny jak lampart. Wydawnictwo Galaktyka, Łódź, 2018

## 8. Kalkulacja ECTS – proponowana: (na podstawie poniższego przykładu)

Forma aktywności/obciążenie studenta	Godziny na realizację	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą	-	25
Praca własna studenta	-	35
Suma godzin	60	
Liczba punktów ECTS wykłady	1	
Liczba punktów ECTS kształcenie na odległość	-	
Liczba punktów ECTS ćwiczenia	1	
Suma punktów ECTS	2	

*Niniejszy dokument jest własnością Poznańskiej Akademii Medycznej Nauk Stosowanych 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 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych.*