

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

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: Aktywność fizyczna osób starszych					
1. Kod przedmiotu: 5F/9-77			2. Liczba punktów ECTS: 2		
3. Kierunek:	Fizjoterapia	7. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	ćwiczenia /inne akt.
4. Specjalność:	Fizjoterapia osób w wieku podeszłym	8. Studia stacjonarne:			
5. Rok studiów	V	9. Studia niestacjonarne:	40	20	20
6. Semestr:	9	10. Poziom studiów:	JSM		
11. Profil kształcenia	Praktyczny	12. Język wykładowy:	polski		

Informacje szczegółowe

1.Cele przedmiotu /cele uczenia się	
C 1.	Przygotowanie studentów do korzystania z aktualnych opracowań dotyczących trzech dziedzin działalności lekarskiej profilaktyki – leczenia – rehabilitacji oraz dziedziny kultury fizycznej - antropomotoryki
C 2.	Zapoznanie studentów z celami fizjoterapii osób starszych
C 3.	Poznanie przez studentów podstawowych dysfunkcji ruchowych u osób starszych i chorób neurologicznych wieku podeszłego
C 4.	Zapoznanie studentów z wpływem zmian inwolucyjnych na poziom sprawności fizycznej, kondycję i samowystarczalność osób starszych

C 5.	Zapoznanie studentów z morfologicznymi podstawami wysiłku fizycznego
C 6.	Przygotowanie słuchaczy do korzystania z zalet treningu zdrowotnego – szczególnie o charakterze wytrzymałościowym
C 7.	Zapoznanie studentów z formami kontroli organizmu na zastosowaną aktywność fizyczną

2. Wymagania wstępne:

Student posiada wiedzę z zakresu anatomii, fizjologii wysiłku fizycznego oraz fizjologii starzenia się. Zna główne pojęcia oraz choroby wieku starszego stosowane w geriatrici. Posiada wiedzę i umiejętności z zakresu treningu zdrowotnego.

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
K2P_W01S1	P76_W01	Posiada wiedzę leczniczą dysfunkcji narządu ruchu u osób starszych	Zaliczenie	C1, C2, C3
K2P_W06 S1	P76_W02	Rozróżnia czy schorzenie wpływa ze sprawności wyjściowej czy jest rezultatem zmian strukturalnych	Zaliczenie	C1,C3
K2P_W09 S1	P76_W03	Potrafi zapobiegać chorobom wpływającym z niedostatku ruchu.	Zaliczenie	C1, C2, C4

K2P_W09 S1	P76_W04	Posiada znajomość charakteru i energetyki skurczu mięśnia	Zaliczenie	C1, C5
K2P_W05 S1	P76_W05	Zna niekorzystny wpływ niedostatku ruchu na organizm osoby starszej.	Zaliczenie	C1, C3, C4
K2P_W05 S1	P76_W06	Posiada wiedzę związaną z profilaktyką zdrowia osób starszych.	Zaliczenie	C1, C3
W zakresie umiejętności				
Symbol kierunkowego efektu uczenia	Symbol przedmiotowego efektu uczenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K2P_U02 S1	P76_U01	Potrafi określić wpływ wysiłku fizycznego na wydolność układów krążenia, oddychania.	Zaliczenie	C1, C2, C7
K2P_U02 S1	P76_U02	Potrafi rozróżnić patologię od stanu który jest związany tylko z wiekiem.	Zaliczenie	C1, C3, C4
K2P_U07 S1	P76_U03	Potrafi przeprowadzić kontrolę reakcji organizmu na zastosowaną aktywność fizyczną.	Zaliczenie	C1, C2
K2P_U03 S1	P76_U04	Posługuje się pojęciami – zmęczenie – odnowa – superkompensacja w treningu zdrowotnym.	Zaliczenie, dyskusja	C1, C5, C6
K2P_U03 S1	P76_U05	Student umie opracować program treningu zdrowotnego.	Zaliczenie	C1, C3, C6
W zakresie kompetencji społecznych				
Symbol kierunkowego efektu uczenia	Symbol przedmiotowego efektu uczenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K2P_KS01S2	P76_K01	Potrafi współpracować ze specjalistami innych kierunków medycyny i kultury fizycznej.	Obserwacja	C1

K2P_KS02 S1	P76_K02	W pełni odpowiada za rezultaty prowadzonych form aktywności fizycznej.	Zaliczenie	C1
K2P_KS03S2	P76_K03	Podjmuje rozmowy z pacjentem by skutecznie zasugerować mu potrzebę konsultacji medycznej.	Dyskusja	C1

4. Treści programowe:		
Symbol treści programowych uczenia	Treści programowe	Odniesienie do efektów uczenia-Symbol
Wykłady		
T1	Podstawowe dysfunkcje ruchowe i choroby neurologiczne wieku podeszłego. Fizjologiczne procesy inwolucyjne osób starszych.	K2P_W01S1 K2P_W06 S1 K2P_U02 S1
T2	Wpływ niedostatku ruchu na organizm.	K2P_W05 S1
T3	Zalety treningu zdrowotnego o charakterze wytrzymałościowym.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1
T4	Wpływ wysiłku fizycznego na czynności układów krążenia, oddychania termoregulacji.	K2P_U02 S1
T5	Kontrola reakcji organizmu na zastosowana aktywność fizyczną.	K2P_U07 S1
T6	Rehabilitacja w domu czy w szpitalu?	K2P_W05 S1 K2P_KS02 S1 K2P_KS03S2
T7	Zasady opracowania programu aktywności fizycznej dla osób starszych.	K2P_W09 S1 K2P_W05 S1 K2P_U03 S1
Ćwiczenia		

T1	Profilaktyka starzenia, cele polityki zdrowotnej w odniesieniu dla osób starszych.	K2P_W05 S1
T2	Proces starzenia w świetle uwarunkowań biologicznych, demograficznych, psychologicznych i socjalnych.	K2P_W01S1 K2P_W06S1 K2P_U02 S1
T3	Rehabilitacja geriatryczna.	K2P_U03 S1 K2P_W05 S1
T4	Zapobieganie schorzeniom wpływającym z niedostatku ruchu.	K2P_W05 S1
T5	Wpływ zmian inwolucyjnych na sprawność, kondycje i samowystarczalność osób starszych.	K2P_U02 S1
T6	Morfologiczne podziały wysiłku fizycznego.	K2P_U03 S1 K2P_KS03S2
T7	Wpływ treningu zdrowotnego na poziom sprawności.	K2P_U03 S1 K2P_KS01S2 K2P_KS03S2
T8	Zaspokajanie potrzeby ruchu i wypoczynku u osób starszych.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 K2P_KS03S2
T9	Dobór różnych form sportu dla osób starszych.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 K2P_KS03S2

5. Warunki zaliczenia:
(typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:

Wykłady: Odpowiedź ustna

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

Ćwiczenia:

Na ocenę 2:

Student nie zna zasad procesu terapeutycznego;

nie potrafi ocenić przydatności typowych metod, procedur i dobrych praktyk do realizacji zadań; nie potrafi zaprezentować podstawowe umiejętności oraz metodycznych związanych z konkretnym przypadkiem; nie posiadał umiejętności krytycznej oceny posiadanej wiedzy i kompetencji.

Na ocenę 3:

Student zna dostatecznie, lecz nie dokładnie systematykę ćwiczeń i metodykę podstawowych elementów terapii.; potrafi dostatecznie, lecz z błędami ocenić przydatność typowych metod do realizacji zadań terapeutycznych; potrafi zaprezentować dostatecznie podstawowe umiejętności oraz metodyczne związane z konkretnym przypadkiem; posiadał dostateczne lecz minimalne umiejętności krytycznej oceny posiadanej wiedzy i kompetencji

Na ocenę 4:

Student zna dobrze, lecz z błędami dokładnie systematykę ćwiczeń i metodykę podstawowych elementów terapii.; potrafi dobrze, lecz z błędami ocenić przydatność typowych metod do realizacji zadań terapeutycznych; potrafi zaprezentować dobrze podstawowe umiejętności oraz metodyczne związane z konkretnym przypadkiem; posiadał dobre lecz z błędami umiejętności krytycznej oceny posiadanej wiedzy i kompetencji

Na ocenę 5:

Student zna bardzo dobrze, dokładnie systematykę ćwiczeń i metodykę podstawowych elementów terapii.; potrafi bardzo dobrze ocenić przydatność typowych metod do realizacji zadań terapeutycznych; potrafi zaprezentować bardzo dobrze umiejętności oraz metodyczne związane z konkretnym przypadkiem; posiadał bardzo dobre umiejętności krytycznej oceny posiadanej wiedzy i kompetencji

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:

Wykłady:

- prezentacje multimedialne
- filmy pokazowe
- dyskusja

Ćwiczenia

- dyskusja
- analiza przypadku
- praca w parach/zespołach

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

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Tawadaj J. „Fizykoterapia w praktyce” Katowice, Wyd. Elamed 2010	Drabik J. Aktywność, sprawność, wydolność fizyczna jako warunki zdrowia człowieka, AWF Gdańsk 1997
Raczek J. „Antropometryka” Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2010	Brzezińska m, Proaktywna starość, Difin, 2011
Starburzyńska-Lupa A. „Fizykoterapia” Wydawnictwo Lekarskie PZWL 2007.	

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		40
Praca własna studenta		20
Suma godzin	60	
Liczba punktów ECTS wykłady		

Liczba punktów ECTS kształcenie na odległość	
Liczba punktów ECTS ćwiczenia	
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.