

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

**Informacje ogólne**

|                                                                             |                                     |                           |                           |         |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------|----------------------|
| Nazwa przedmiotu: Fizjoterapia w profilaktyce zmian inwolucyjnych człowieka |                                     |                           |                           |         |                      |
| 1. Kod przedmiotu: 3F/6-88                                                  |                                     |                           | 2. Liczba punktów ECTS: 1 |         |                      |
| 3. Kierunek:                                                                | Fizjoterapia                        | 7. Liczba godzin:         | ogółem                    | wykłady | ćwiczenia /inne akt. |
| 4. Specjalność:                                                             | Fizjoterapia osób w wieku podeszłym | 8. Studia stacjonarne:    |                           |         |                      |
| 5. Rok studiów                                                              | III                                 | 9. Studia niestacjonarne: | 30                        | 30      |                      |
| 6. Semestr:                                                                 | 6                                   | 10. Poziom studiów:       | JSM                       |         |                      |
|                                                                             |                                     |                           |                           |         |                      |
| 11. Profil kształcenia                                                      | Praktyczny                          | 12. Język wykładowy:      | polski                    |         |                      |

**Informacje szczegółowe**

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Cele przedmiotu /cele uczenia się 5 – 10 (intencje wykładowcy): |                                                                                                                                                                                                          |
| C 1.                                                               | Zapoznanie studentów z zagadnieniami z zakresu problematyki zjawiska starzenia się                                                                                                                       |
| C 2.                                                               | Zapoznanie studentów z zagadnieniami profilaktyki zmian związanych z wiekiem w sferze ruchowej i intelektualnej                                                                                          |
| C 3.                                                               | Przekonanie studentów o konieczności podejmowania działań fizjoterapeutycznych o charakterze prewencyjnym w celu utrzymania zdrowia jednostki i społeczeństwa w obliczu problematyki zmian inwolucyjnych |
| C 4.                                                               | Przygotowanie studentów z obszaru klasycznych i nowoczesnych metod i form zajęć ruchowych dla osób w wieku starszym i podeszłym                                                                          |

|      |                                                                                                                                    |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C 5. | Zapoznanie studentów ze specyfiką zajęć ruchowych z osobami w wieku starszym i podeszłym                                           |
| C 6. | Edukowanie studentów jak przygotować plan zajęć ruchowych uwzględniający cele krótkofalowe i długofalowe kinezygerontoprofilaktyki |
| C 7. | Edukowanie studentów jak poprowadzić zajęcia ruchowe nakierowane na główne cele kinezygerontoprofilaktyki                          |
| C 8. | Nauczanie analizy błędów i metod korekcji planów fizjoterapeutycznych                                                              |

## 2. Wymagania wstępne:

Wiedza z zakresu fizjoterapii ogólnej, kinezyterapii, anatomii i fizjologii człowieka, w tym fizjologii wysiłku fizycznego; podstaw gimnastyki, pływania i innych form rekreacyjnej aktywności ruchowej;

## 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<br>(Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się student:) | Sposób weryfikacji efektu        | Symbol postawionego celu/ów |
| K2P_W01S1                              | P87_W01                                  | Posiada wiedzę dotyczącą procesu starzenia w kontekście uwarunkowań biologicznych, demograficznych, psychologicznych i społeczno-socjalnych.                             | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 1.                        |

| K2P_W04S1                                  | P87_W02                                     | Posiada wiedzę na temat sprzętu medycznego stosowanego u osób w wieku podeszłym.                          | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 1. C 5.                          |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| K2P_W05S1                                  | P87_W03                                     | Posiada wiedzę na temat profilaktyki starzenia.                                                           | kartkówka                        | C 2. C 3.                          |
| K2P_W06S1                                  | P87_W04                                     | Posiada wiedzę dotyczącą patologii narządowych i ustrojowych wywołanych procesem starzenia się.           | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 1. C 5.                          |
| K2P_W08S1                                  | P87_W05                                     | Posiada wiedzę dotyczącą rehabilitacji osób w wieku podeszłym                                             | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 2. - C 8.                        |
| K2P_W09S1                                  | P87_W06                                     | Posiada wiedzę dotyczącą różnych form aktywności fizycznej osób starszych                                 | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 2.- C 8.                         |
|                                            |                                             |                                                                                                           |                                  |                                    |
| <b><i>W zakresie umiejętności</i></b>      |                                             |                                                                                                           |                                  |                                    |
|                                            |                                             |                                                                                                           |                                  |                                    |
| <b>Symbol kierunkowe go efektu uczenia</b> | <b>Symbol przedmiotowego efektu uczenia</b> | <b>Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia kierunkowego</b>                         | <b>Sposób weryfikacji efektu</b> | <b>Symbol postawionego celu/ów</b> |
| K2P_U02S1                                  | P87_U01                                     | Posiada umiejętność samodzielnego rozpoznawania i wdrażania odpowiedniego postępowania rehabilitacyjnego. | kolokwium/<br>ocena<br>częstkowa | C 1.<br>C 3. - C 8.                |

|                                           |                                             |                                                                                                                     |                                              |                                                  |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| K2P_U03S1                                 | P87_U02                                     | Posiada umiejętność zastosowania w praktyce wiedzy z zakresu profilaktyki starzenia się.                            | przygotowanie projektu lub prezentacji       | C 1. - C 8.                                      |
| K2P_U04S1                                 | P87_U03                                     | Posiada umiejętność oceny potrzeb i zakresu rehabilitacji geriatrycznej.                                            | aktywność                                    | C 1.<br>C 3. - C 6.                              |
| K2P_U05S1                                 | P87_U04                                     | Posiada umiejętność aranżowania i prowadzenia współpracy z podmiotami świadczącymi usługi na rzecz ludzi starszych. | aktywność                                    | C 3. C 4. C 6. C 7.                              |
| K2P_U06S1                                 | P87_U05                                     | Posiada umiejętność doboru odpowiedniego sprzętu medycznego u osób starszych.                                       | kartkówka                                    | C 1. C 2. C 5.                                   |
| K2P_U07S1                                 | P87_U06                                     | Posiada umiejętność kreatywnego zaspokajania potrzeby ruchu i wypoczynku u osób starszych.                          | aktywność                                    | C 2. - C 8.                                      |
| K2P_U08S1                                 | P87_U07                                     | Umiejętność diagnozowania problemów psychospołecznych osób w wieku podeszłym                                        | aktywność                                    | C 1. - C 3.<br>C 5.                              |
| <b>W zakresie kompetencji społecznych</b> |                                             |                                                                                                                     |                                              |                                                  |
|                                           |                                             |                                                                                                                     |                                              |                                                  |
| <b>Symbol kierunkowego efektu uczenia</b> | <b>Symbol przedmiotowego efektu uczenia</b> | <b>Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego / specjalnościowego</b>           | <b>Sposób weryfikacji efektu kształcenia</b> | <b>Odniesienie – symbol postawionego celu/ów</b> |

|            |         |                                                                                                                                 |                              |                               |
|------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| K2P_KS02S1 | P87_K01 | Wykazuje odpowiedzialność za zdrowie pacjenta.                                                                                  | wykonanie pracy praktycznej; | C 1. C 2. C 4. C 5. C 7. C 8. |
| K2P_KS04S1 | P87_K02 | Posiada umiejętność stałego dokształcania się.                                                                                  | kartkówka                    | C 1. - C 4. C 6. C 8.         |
| K2P_KS07S1 | P87_K03 | Przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii.                                                                | aktywność                    | C 1. C 2. C 4. C 5. C 7.      |
| K2P_KS08S1 | P87_K04 | Dobro pacjenta oraz grup społecznych stawia na pierwszym miejscu, okazuje szacunek wobec pacjenta (klienta) i grup społecznych. | dyskusja                     | C 1. - C 5. C 8.              |

#### 4. Treści programowe:

| Symbol treści programowych kształcenia | Treści programowe                                                                                                            | Odniesienie do efektów kształcenia                   |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <b>T 1</b>                             | Starzenie się jako zjawisko społeczne w Polsce i na świecie.<br>Aktywność ruchowa w wybranych placówkach zdrowia publicznego | K2P_W01S1,<br>K2P_U05S1,<br>K2P_KS04S1               |
| <b>T 2</b>                             | Zmiany inwolucyjne w układzie ruchu -zmiany fizyczne, funkcjonalne i motoryczne                                              | K2P_W04S1,<br>K2P_W06S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_KS04S1 |
| <b>T 3</b>                             | Zmiany inwolucyjne w układzie krążeniowo-oddechowym                                                                          | K2P_W06S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_KS04S1               |
| <b>T 4</b>                             | Zmiany inwolucyjne w obszarze intelektualno-psychicznym                                                                      | K2P_W06S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_U08S1,<br>K2P_KS04S1 |

|             |                                                                                                      |                                                                                                                                             |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>T 5</b>  | Rola aktywności ruchowej w prewencji schorzeń związanych z wiekiem                                   | K2P_W05S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U08S1,<br>K2P_KS04S1                                                                          |
| <b>T 6</b>  | Wprowadzenie do treningu zdrowotnego osób starszych                                                  | K2P_W08S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U02S1,<br>K2P_KS04S1                                                                          |
| <b>T 7</b>  | Wskazania i przeciwwskazania do prowadzenia zajęć treningu zdrowotnego u osób starszych              | K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U04S1,<br>K2P_KS02S1                                                                                        |
| <b>T 8</b>  | Adaptowane formy aktywności ruchowej dla osób starszych z dysfunkcjami układu ruchu                  | K2P_W04S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U02S1,<br>K2P_U04S1,<br>K2P_U06S1,<br>K2P_KS02S1,<br>K2P_KS04S1,<br>K2P_KS07S1,<br>K2P_KS08S1 |
| <b>T 9</b>  | Adaptowane formy aktywności ruchowej dla osób starszych z dysfunkcjami układu krążeniowo-oddechowego | K2P_W04S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U02S1,<br>K2P_U04S1,<br>K2P_U06S1,<br>K2P_KS02S1,<br>K2P_KS04S1,<br>K2P_KS07S1,<br>K2P_KS08S1 |
| <b>T 10</b> | Adaptowane formy aktywności ruchowej dla osób starszych z dysfunkcjami intelektualnymi               | K2P_W06S1,<br>K2P_W08S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U02S1,<br>K2P_U04S1,<br>K2P_U06S1,<br>K2P_U08S1,<br>K2P_KS02S1,<br>K2P_KS04S1,<br>K2P_KS07S1  |

|             |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>T 11</b> | Cele krótkofalowe i długofalowe kinezygerontoprofilaktyki.<br>Metody i formy aktywności ruchowej w profilaktyce zmian inwolucyjnych | K2P_W05S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U03S1,<br>K2P_U05S1,<br>K2P_U07S1                                                                                                      |
| <b>T 12</b> | Przygotowanie i prowadzenie plan zajęć ruchowych uwzględniający cele krótkofalowe i długofalowe kinezygerontoprofilaktyki           | K2P_W04S1,<br>K2P_W06S1,<br>K2P_W09S1,<br>K2P_U02S1,<br>K2P_U03S1,<br>K2P_U04S1,<br>K2P_U07S<br>K2P_U08S11,<br>K2P_KS02S1,<br>K2P_KS04S1,<br>K2P_KS07S1,<br>K2P_KS08S1 |
| <b>T 13</b> | Seks osób starszych a zdrowie                                                                                                       | K2P_W05S1,<br>K2P_W06S1,<br>K2P_KS02S1,<br>K2P_KS08S1                                                                                                                  |

#### 5. Warunki zaliczenia:

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

**Wykłady:** ustalenie oceny zaliczeniowej na podstawie ocen cząstkowych otrzymywanych w trakcie trwania semestru za określone (konkretne) działania / wytwory pracy studenta:

1. test wiedzy,
2. test umiejętności,
3. studium przypadku/zaprezentowanie sposobu postępowania/projekt
4. ustne odpytywanie,
5. prace pisemne, zadania/problemy do rozwiązania itp.

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

#### **Skale ocen i wymagania w %**

- |                          |               |
|--------------------------|---------------|
| – ocena niedostateczna   | – poniżej 60% |
| – ocena dostateczna      | – 60% – 68%   |
| – ocena dostateczna plus | – 69% – 74%   |
| – ocena dobra            | – 75% – 83%   |
| – ocena dobra plus       | – 84% – 90%   |
| – ocena bardzo dobra     | – od 91%      |

#### **6. Metody prowadzenia zajęć:**

##### **Wykłady:**

- metoda problemowa,
- dyskusyjna,
- zespołowe rozwiązywanie zadania/problemu,
- case study

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



| Literatura obowiązkowa:                                                                                                                                      | Literatura zalecana:                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Strugarek J., Wieczorek J. <i>Aktywny senior. Zbiór gier rekreacyjnych dla osób starszych</i> . Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza, 2010 | Kozdroń E.: <i>Program rekreacji ruchowej osób starszych</i> . AWF, Warszawa 2004                                 |
| Norbert Piłkuła <i>Etos starości w aspekcie społecznym</i> Wydawnictwo WAM, 2011                                                                             | Ściepurko J.: <i>Kinezyprofilaktyka gerontologiczna</i> . Wydaw. Sport, Gdańsk 2002.                              |
| Dziewulski M. <i>Aktywność ruchowa osób starszych</i> . Medycyna sportowa, nr 141. 2003.                                                                     | Rostawski Adam, Skolimowski Tadeusz. <i>Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych</i> , Wydawnictwo Lekarskie PZWL |
|                                                                                                                                                              | Nowicka A. <i>Wybrane problemy osób starszych</i> Oficyna Wydawnicza IMPULS, 2010                                 |

| 8. Kalkulacja ECTS – proponowana:<br>(na podstawie poniższego przykładu) |                       |                       |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Forma aktywności/obciążenie studenta                                     | Godziny na realizację |                       |
|                                                                          | Studia stacjonarne    | Studia niestacjonarne |
| Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą                            |                       | 30                    |
| Praca własna studenta                                                    |                       | 10                    |
| Suma godzin                                                              | 40                    |                       |
| Liczba punktów ECTS wykłady                                              |                       |                       |
| Liczba punktów ECTS kształcenie na odległość                             |                       |                       |
| Liczba punktów ECTS ćwiczenia                                            |                       |                       |
| Suma punktów ECTS                                                        | 1                     |                       |

*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.*