

Akademia Nauk Stosowanych im. Księcia Mieszka I w Poznaniu

**WYDZIAŁ NAUK MEDYCZNYCH –
KIERUNEK FIZJOTERAPIA**

SYLABUS PRZEDMIOTOWY

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: Odnowa biologiczna					
1. Kod przedmiotu: 1F/2-35		2. Liczba punktów ECTS: 2			
3. Kierunek:	Fizjoterapia	7. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	ćwiczenia /inne akt.
4. Specjalność:		8. Studia stacjonarne:			
5. Rok studiów	1	9. Studia niestacjonarne:	25	5	20
6. Semestr:	2	10. Poziom studiów:	JSM		
Koordynator przedmiotu i osoby prowadzące (imię nazwisko, tytuł/stopień naukowy; mail kontaktowy:					
11. Profil kształcenia	Praktyczny	12. Język wykładowy:	polski		

Informacje szczegółowe

1. Wymagania wstępne:
Przed przystąpieniem do modułu student posiada wiedzę z zakresu: fizykoterapii, kinezyterapii, masażu, fizjologii.

2.Cele przedmiotu /cele uczenia się 5 – 10 (intencje wykładowcy):	
C1.	Nauka wiedzy z zakresu odnowy biologicznej, ze szczególnym uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do wykonywania poszczególnych zabiegów odnowy biologicznej;
C2.	Poznanie roli i możliwości zastosowania zabiegów z zakresu fizjoterapii w kompleksowej odnowie biologicznej;
C3.	Nauka wykonywania zabiegów stosowanych w odnowie biologicznej, umiejętności łączenia zabiegów oraz dobieraniem ich intensywności w zależności od oczekiwanego rezultatu działania.

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
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	Symbol przedmiotowego efektu uczenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia kierunkowego	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	Symbol przedmiotowego efektu uczenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu uczenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K_K02 O.K8	P35_K01	Systematycznie analizuje postępowanie fizjoterapeutyczne i wyciąga wnioski w kontekście poprawy jakości pracy,	Obserwacja, dyskusja	C1,C2,C3

		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	Treści programowe (2 godz. lekcyjne na jeden temat; nie wpisuje się do treści zajęć organizacyjnych oraz egzaminu i zaliczenia)	Odniesienie do efektów uczenia-Symbol
T1	Wprowadzenie do przedmiotu – podstawowe pojęcia i definicje	K_K02, K_K03, K_K04 O.W5,O.U1,OK8
T2	Współczesne poglądy na proces odnowy biologicznej w sporcie, bioregeneracji i rekonwalescencji	K_K02, K_K03, K_K04 O.W5,O.U1,OK8
T3	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
T4	Cele, zadania, środki i metody odnowy biologicznej	C.W9, C.W8, C.W10, C.U9, C.U11, C.U12
T5	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
T6	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
T7	Metody hartujące i wzmacniające organizm.	C.W9, C.W8, C.W10, C.U9, C.U11, C.U12 O.W5,O.U1,OK8
T8	Masaże i automasaże profilaktyczne w odnowie biologicznej.	C.W9, C.W8, C.W10, C.U9, C.U11, C.U12 O.W5,O.U1,OK8
T9	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
T10	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
T11	Programy odnowy biologicznej w różnych dyscyplinach sportowych.	C.W9, C.W8, C.W10, C.U9, C.U11, C.U12 O.W5,O.U1,OK8
T12	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
T13	Prezentacje własnych programów odnowy biologicznej.	C.W9, C.W8, C.W10, C.U9, C.U11, C.U12 O.W5,O.U1,OK8

5. Warunki zaliczenia:

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

Zaliczenie teoretyczne

Obecność na zajęciach, zaliczenie praktyczne, pozytywne zaliczenie kolokwium wejściowych.

6. Metody prowadzenia zajęć:

wykład informacyjny, dyskusja, pokaz z instruktążem, ćwiczenia utrwalające

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.	Clemenceau J.P., Delavier F., Gundill M. Stretching. Ilustrowany przewodnik. PZWL, Warszawa 2017

PZWL, Warszawa 2020	
	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	Godziny na realizację/studia niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą		25
Indywidualna praca studenta		35
SUMA GODZIN		60
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU		2

Niniejszy dokument jest własnością ANSM im. Księcia Mieszka I w Poznaniu 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.