

SYLABUS PRZEDMIOTOWY

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: Aktywność fizyczna osób starszych					
1. Kod przedmiotu: 5F/9-76		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		
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:	
1. Student posiada wiedzę z zakresu anatomii, fizjologii wysiłku fizycznego oraz fizjologii starzenia się. 2. Zna główne pojęcia oraz choroby wieku starszego stosowane w geriatricii. 3. Posiada wiedzę i umiejętności z zakresu treningu zdrowotnego.	

2.Cele przedmiotu /cele uczenia się 5 – 10 (intencje wykładowcy):	
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 zastosowana aktywność fizyczną

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 O.W2	P76_W01	Posiada wiedzę leczniczą dysfunkcji narządu ruchu u osób starszych	Zaliczenie	C1, C2, C3
K2P_W06 S1 O.W2	P76_W02	Rozróżnia czy schorzenie wpływa ze sprawności wyjściowej czy jest rezultatem zmian strukturalnych	Zaliczenie	C1,C3
K2P_W09 S1 O.W7	P76_W03	Potrafi zapobiegać chorobom wpływającym z niedostatku ruchu.	Zaliczenie	C1, C2, C4
K2P_W09 S1 O.W1	P76_W04	Posiada znajomość charakteru i energetyki skurczu mięśnia	Zaliczenie	C1, C5
K2P_W05 S1 O.W4 O.W8	P76_W05	Zna niekorzystny wpływ niedostatku ruchu na organizm osoby starszej.	Zaliczenie	C1, C3, C4
K2P_W05 S1 O.W4 O.W8	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 S O.U21	P76_U01	Potrafi określić wpływ wysiłku fizycznego na wydolność układów	Zaliczenie	C1, C2, C7

		krążenia, oddychania.		
K2P_U02 S1 O.U3	P76_U02	Potrafi rozróżnić patologię od stanu który jest związany tylko z wiekiem.	Zaliczenie	C1, C3, C4
K2P_U07 S1 O.U8 O.U7	P76_U03	Potrafi przeprowadzić kontrolę reakcji organizmu na zastosowaną aktywność fizyczną.	Zaliczenie	C1, C2
K2P_U03 S1 O.U9	P76_U04	Posługuje się pojęciami – zmęczenie – odnowa – superkompensacja w treningu zdrowotnym.	Zaliczenie, dyskusja	C1, C5, C6
K2P_U03 S1 O.U10	P76_U05	Student umie opracować program treningu zdrowotnego.	Zaliczenie	C1, C3, C6

W zakresie kompetencji społecznych

P76.

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 O.K7	P76_K01	Potrafi współpracować ze specjalistami innych kierunków medycyny i kultury fizycznej.	Obserwacja	C1
K2P_KS02 S1 O.K2	P76_K02	W pełni odpowiada za rezultaty prowadzonych form aktywności fizycznej.	Zaliczenie	C1
K2P_KS03S2 O.K8	P76_K03	Podejmuje rozmowy z pacjentem by skutecznie zasugerować mu potrzebę konsultacji medycznej.	Dyskusja	C1

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
Wykłady		
T1	Podstawowe dysfunkcje ruchowe i choroby neurologiczne wieku podeszłego. Fizjologiczne procesy inwolucyjne osób starszych.	K2P_W01S1 K2P_W06 S1 K2P_U02 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3,

		O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T2	Wpływ niedostatku ruchu na organizm.	K2P_W05 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T3	Zalety treningu zdrowotnego o charakterze wytrzymałościowym.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T4	Wpływ wysiłku fizycznego na czynności układów krążenia, oddychania termoregulacji.	K2P_ O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8U02 S1
T5	Kontrola reakcji organizmu na zastosowana aktywność fizyczną.	K2P_U07 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8
T6	Rehabilitacja w domu czy w szpitalu?	K2P_W05 S1

		K2P_KS02 S1 K2P_KS03S2 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T7	Zasady opracowania programu aktywności fizycznej dla osób starszych.	K2P_W09 S1 K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8
Ćwiczenia		
T1	Profilaktyka starzenia, cele polityki zdrowotnej w odniesieniu dla osób starszych.	K2P_W05 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8
T2	Proces starzenia w świetle uwarunkowań biologicznych, demograficznych, psychologicznych i socjalnych.	K2P_W01S1 K2P_W06S1 K2P_U02 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8

		O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T3	Rehabilitacja geriatryczna.	K2P_U03 S1 K2P_W05 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T4	Zapobieganie schorzeniom wpływającym z niedostatku ruchu.	K2P_W05 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,O.K8
T5	Wpływ zmian inwolucyjnych na sprawność, kondycje i samowystarczalność osób starszych.	K2P_U02 S1 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8
T6	Morfologiczne podziały wysiłku fizycznego.	K2P_U03 S1 K2P_KS03S2 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7,

		O.K8
T7	Wpływ treningu zdrowotnego na poziom sprawności.	K2P_U03 S1 K2P_KS01S2 K2P_KS03 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8S2
T8	Zaspokajanie potrzeby ruchu i wypoczynku u osób starszych.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 K2P_KS03S2 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8
T9	Dobór różnych form sportu dla osób starszych.	K2P_W05 S1 K2P_U03 S1 K2P_KS03S2 O.W1,O.W2, O.W4, O.W7,O.W8 O.U2,O.U3, O.U8,O.U7, O.K2,O.K7, O.K8

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

Wykłady: Odpowiedź ustna

Przedział od 0% do mniej niż 60% - niedostateczny

Próg zaliczenia ponad 60 % poprawnych odpowiedzi

Przedział od 60 % do mniej niż 67 % - dostateczny

Przedział od 67 % do mniej niż 75 % - dość dobry

Przedział od 75 % do mniej niż 92% - dobry

Przedział od 92 % do 100 % - bardzo dobry

Ćwiczenia: odpytanie lub pisemne opracowanie studenckie

5	znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje
4,5	bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
4	dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
3,5	zadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, ale ze znacznymi niedociągnięciami
3	zadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, z licznymi błędami
2	niezadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje

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	Godziny na realizację/studia niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą		40
Indywidualna praca studenta		20
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.