

Karta przedmiotu

Cz. 1

Informacje ogólne o przedmiocie			
1. Kierunek studiów: Fizjoterapia		2. Poziom kształcenia: jednolite studia magisterskie profil ogólnoakademicki	
		3. Forma studiów: niestacjonarne	
4. Rok: I / cykl 2025-2030		5. Semestr: I, II	
6. Nazwa przedmiotu: Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu			
7. Status przedmiotu: obowiązkowy			
8. Cel/-e przedmiotu:			
<ul style="list-style-type: none"> • Poznanie teoretycznych i metodycznych podstaw procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych; • Nauka konstruowania treningu medycznego, zawierającego różnorodne ćwiczenia, dostosowywać poszczególne ćwiczenia do potrzeb ćwiczących; • Dobieranie odpowiednich przyrządów i przyborów do ćwiczeń ruchowych oraz stopniowanie trudności wykonywanych ćwiczeń; • Nauka dobierania poszczególnych ćwiczeń dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz wskazanie metodycznego uczenia ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego; • Nauka umiejętności ruchowych koniecznych do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń. • Rozwinięcie świadomości w zakresie konieczności prezentowania postawy promującej zdrowie oraz zwiększenie świadomości roli edukacji w środowisku zewnętrznym. • Stałe poprawianie poziomu aktywności fizycznej wśród studentów fizjoterapii 			
<p>Efekty uczenia się/odniesienie do efektów uczenia się zawartych w <i>(właściwe podkreślić):</i> standardach kształcenia (Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego)/Uchwale Senatu SUM (podać określenia zawarte w standardach kształcenia/symbole efektów zatwierdzone Uchwałą Senatu SUM)</p> <p>w zakresie wiedzy student zna i rozumie: C.W6 w zakresie umiejętności student potrafi: C.U5, C.U6, C.U07 w zakresie kompetencji społecznych student jest gotów do: OK_K03, OK_K10</p>			
9. Liczba godzin z przedmiotu		129	10. Liczba punktów ECTS dla przedmiotu
			7
11. Forma zaliczenia przedmiotu: egzamin			
12. Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się			
Efekty uczenia się	Sposoby weryfikacji		Sposoby oceny*/zaliczenie
W zakresie wiedzy	Test wielokrotnego wyboru		*
W zakresie umiejętności	Realizacja zleconego zadania, pokaz/zaliczenie praktyczne, dyskusja		*
W zakresie kompetencji	Przedłużona obserwacja przez opiekuna / nauczyciela akademickiego		*

* w przypadku egzaminu/zaliczenia na ocenę zakłada się, że ocena oznacza na poziomie:

Bardzo dobry (5,0) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i znacznym stopniu przekraczają wymagany poziom

Ponad dobry (4,5) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i w niewielkim stopniu przekraczają wymagany poziom

Dobry (4,0) – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na wymaganym poziomie

Dość dobry (3,5) – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na średnim wymaganym poziomie

Dostateczny (3,0) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na minimalnym wymaganym poziomie

Niedostateczny (2,0) – zakładane efekty uczenia się nie zostały uzyskane.

Karta przedmiotu

Cz. 2

Inne przydatne informacje o przedmiocie		
13. Jednostka realizująca przedmiot, adres, e-mail: Zakład Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu WNoZK 40-752 Katowice, ul. Medyków 8, aknapik@sum.edu.pl oraz Zakład Fizjoterapii Katedra Fizjoterapii 40-752 Katowice, ul. Medyków 12, fizjoterapia@sum.edu.pl		
14. Imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za realizację przedmiotu /koordynatora przedmiotu: dr hab. n. o zdr. Andrzej Knapik, prof. SUM; dr hab. n. o zdrowiu. Anna Brzęk, prof. SUM		
15. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji: -		
16. Liczebność grup	Zgodna z Zarządzeniem Rektora SUM	
17. Materiały do zajęć/ środki dydaktyczne	Prezentacje multimedialne, plansze i modele anatomiczne, demonstracja, pokaz z omówieniem, przybory i przyrządy do ćwiczeń fizycznych i stosowane w fizjoterapii	
18. Miejsce odbywania się zajęć	Sale wyznaczone przez dziekanat według harmonogramu, WNoZK; Zakład Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu 40-752 Katowice, ul. Medyków 8 oraz sale Zakładu Fizjoterapii Katedry Fizjoterapii, ul. Medyków 12 (7 piętro)	
19. Miejsce i godzina konsultacji	Podane indywidualnie przez wykładowców Zakładu Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu (Katowice, ul. Medyków 8) oraz Zakładu Fizjoterapii (Katowice, ul. Medyków 12, pokój 711WNoZ)	
20. Efekty uczenia się		
Numer przedmiotowego efektu uczenia się	Przedmiotowe efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się zawartych w <i>(właściwe podkreślić)</i> : standardach kształcenia/ <u>zatwierdzonych przez Senat SUM</u>
P_W1	Zna etapy prawidłowego uczenia się i nauczania czynności ruchowych pod względem teoretycznym i metodycznym w wybranych zagadnieniach uwzględniających aspekt wieku, płci, sprawności fizycznej, dysfunkcji, z uwzględnieniem osób z niepełnosprawnością.	C.W6 (CW_06_ZD)*
P_U1	Potrafi stopniować trudność ćwiczeń fizycznych, treningu medycznego w zależności od aktualnego stanu zdrowia.	C.U5 (CU_05_ZD)*
P_U2	Potrafi dobrać odpowiednie przyrządy i przybory, uwzględniając modyfikację ćwiczeń ze wskazaniem na stan zdrowia.	C.U5 (CU_05_ZD)*
P_U3	Potrafi dostosować ćwiczenia do realizacji wyznaczonego celu uwzględniającego wyma-	C.U6 (CU_06_ZD)*

	gane potrzeby funkcjonalne, a także modyfikować ćwiczenia w zależności od możliwości motorycznych, funkcjonalnych, wieku i płci pacjenta.	
P_U4	Potrafi w sposób właściwy zaprezentować poszczególne ćwiczenia oraz wyjaśnić zasady bezpieczeństwa podczas ich wykonywania.	C.U7 (CU_07_KF)*
P_K1	Jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, związany z wykonywaniem zawodu fizjoterapeutów	OK_K03*,
P_K2	Dbą o poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do wykonywania zadań właściwych w działalności zawodowej fizjoterapeuty	OK_K10 (K_K10_FIZ)*
21. Formy i tematy zajęć		Liczba godzin
21.1. Wykłady		24
Definiowanie podstawowych pojęć z zakresu kultury fizycznej: wychowania fizycznego, wychowania fizycznego specjalnego, sportu, sportu osób niepełnosprawnych, rehabilitacji, rekreacji. Miejsce kultury fizycznej w naukach o zdrowiu. Aktywność fizyczna: definiowanie, czynniki warunkujące poziom aktywności fizycznej, rodzaje aktywności, efekty aktywności, hipokinezja i akinezja, rodzaje aktywności fizycznej, pomiar aktywności.		2
Aktywność fizyczna a bilans energetyczny. Pojęcie sprawności fizycznej – różne ujęcia i podejścia koncepcyjne, koncepcja Health-Related Fitness. Pomiar sprawności fizycznej: podejście autoteliczne i heteroteliczne.		2
Nauka o ruchu: teoria motoryczności, kinezylogia, antropomotoryka – przegląd poglądów. Struktura motoryczności: zdolności motoryczne a umiejętności ruchowe. Zdolności motoryczne kondycyjne i koordynacyjne – struktura. Zdolności siłowe jako efekt pracy mięśniowej, wydolność a wytrzymałość. Koordynacja ruchowa, poziomy koordynacyjne, specyficzne zdolności koordynacyjne. Miejsce gibkości w strukturze motoryczności.		3
Idea, treść i forma ruchu, akt ruchowy w ujęciu kinezylogicznym. Istota kształcenia ruchowego. Uczucie się motoryczne mimowolne i intencjonalne, etapy i determinanty uczenia się motorycznego, ogniwa procesu kształcenia motorycznego. Zasady dydaktyczne uczenia motorycznego dla potrzeb fizjoterapii.		3
Metody analityczna, syntetyczna, kombinowana. Metody odtwórcze, proaktywne i twórcze. Rola środków przekazu: pokaz, przekaz słowny w kształceniu ruchowym osób sprawnych i niepełnosprawnych.		2
Akty ruchowe w ujęciu rozwojowym. Etapy opanowywania czynności ruchowych. Postawa i lokomocja w ujęciu rozwojowym.		2 E-learning
Edukacja i reedukacja posturalna – metody, formy i środki w kształtowaniu prawidłowej postawy ciała dzieci i młodzieży ⁴⁵		2 E-learning
Aktywność fizyczna wpływająca na kształtowanie prawidłowego rozwoju integracji sensomotorycznej (ćwiczenia doskonalące prakcję, somatognozję, kinestezję, lateralizację)		3 E-learning
Kształtowanie wybranych czynności manualnych- edukacja i reedukacja funkcji kończyny górnej, lateralizacja.		3 E-learning
Potrzeby i możliwości kształtowania, doskonalenia i przywracania zdolności lokomocyjnych człowieka. Edukacja i reedukacja chodu, edukacja osób poruszających się na wózku inwalidzkim, ogólne zasady lokomocji na wózkach inwalidzkich. Pokonywanie barier architektonicznych		2 E-learning
21.2. Seminaria		0
21.3. Ćwiczenia		105
Siatkówka - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska w siatkówce, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, Nauka podania piłki sposobem górnym		3
Siatkówka - Nauka podania piłki sposobem dolnym, Nauka zagrywki sposobem górnym.		3

Siatkówka - Nauka zbitcia piłki w ataku z II i IV strefy, Doskonalenie elementów techniki gry w siatkówkę w grach i zabawach.	4
Piłka nożna - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, Nauka uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy w miejscu i w ruchu.	3
Piłka nożna - Nauka przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy, prostym podbiciem i klatką piersiową, nauka prowadzenia piłki wewnętrznym i zewnętrznym podbiciem.	3
Piłka ręczna - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, nauka podań i chwytów piłki sposobem półgórnym, górnym.	3
Piłka ręczna - Nauka rzutu piłki z wysokości w przód i w górę, nauka kozłowania w piłce ręcznej, nauka rzutu piłki z miejsca i z biegu.	4
Koszykówka - Przepisy gry i sygnalizacja sędziowska, nauka poruszania się po boisku w ataku i obronie bez piłki, nauka kozłowania piłki lewą i prawą ręką w miejscu i w ruchu.	3
Koszykówka - Nauka podań i chwytów piłki w miejscu i w ruchu, Nauka rzutu piłki do kosza z miejsca.	3
Koszykówka - Nauka rzutu piłki do kosza z biegu po kozłowaniu. Nauka rzutu do kosza z biegu po podaniu bez kozłowania. Doskonalenie elementów techniki gry w koszykówkę w grach i zabawach.	4
Gimnastyka - Nauka przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego. Nauka przewrotu w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego. Nauka przerzutu bokiem.	4
Lekkoatletyka - Nauka skoku A, B, C., Nauka startów z pozycji niskiej i wysokiej, Nauka przekazania pałeczki sztafetowej.	4
Sporty siłowe i aerobowe - Ćwiczenia siłowe w formie obwodu stacyjnego, Ćwiczenia aerobowe przy muzyce	4
Nauka pracy ramion do kraula na piersiach	1
Nauka skoku startowego i nawrotu do kraula na piersiach	1
Nauka pracy ramion do stylu grzbietowego.	1
Nauka pracy nóg do stylu grzbietowego.	1
Nauka skoku startowego i nawrotu do stylu grzbietowego.	1
Nauka pracy nóg do stylu klasycznego.	1
Nauka pracy rąk do stylu klasycznego.	1
Nauka skoku startowego i nawrotu do stylu klasycznego.	1
Nauka pracy ramion do stylu motylkowego.	1
Nauka pracy nóg do stylu motylkowego.	1
Nauka skoku startowego i nawrotu w stylu motylkowym.	1
Doskonalenie wybranych stylów pływackich i zaliczenie dystansu 50 m wybranym stylem	4
Pozycje do ćwiczeń, przybory i przyrządy stosowane w okresie ciąży Ćwiczenia fizyczne stosowane w poszczególnych okresach połogu. Pozycje do ćwiczeń, przybory i przyrządy stosowane w okresie połogu	3
Stymulacja prawidłowego rozwoju psychomotorycznego dziecka poprzez prawidłową pielęgnację i opiekę. Opanowanie umiejętności pielęgnacji małego dziecka. Prawidłowe podnoszenie, układanie małego dziecka	3
Ćwiczenia wpływające na kształtowanie SI (Integracji Sensomotorycznej)- wykorzystanie przyborów i przyrządów do ćwiczeń stymulujących poszczególne układy (układ proprioceptywny, wertykalny), doskonalenie kinestezji, praktyki	3
Ćwiczenia stosowane w okresie podeszłym- wskazania, p-wskazania	3
Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu prawidłowego rozwoju, SI, okresu ciąży i wieku podeszłego- prezentowanie wylosowanych zadań z uwzględnieniem przyborów i przyrządów stosowanych w fizjoterapii i fizjoprofilaktyce	3

Reedukacja funkcji chodu - ćwiczenia stosowane w I,II,III etapie reedukacji chodu - prawidłowe i nieprawidłowe pozycje do ćwiczeń, wykorzystanie różnorodnych przyborów (piłki, wałki,krążki) oraz przyrządów (Terapii Master, drabinka)	3
Edukacja chorego poruszania się o kulach łokciowych i pachowych - dobór kul, nauka wstawania, chodzenia po schodach	3
Edukacja chorego poruszania się o balkoniku, na wózku inwalidzkim	3
Pokonywanie barier architektonicznych	3
Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu reedukacji chodu - prezentowanie wylosowanych zadań z uwzględnieniem przyborów i przyrządów stosowanych w fizjoterapii i fizjoprofilaktyce	3
Edukacja posturalna – zasady doboru ćwiczeń	3
Błędy popełniane w trakcie ćwiczeń korekcyjnych - pozycje wyjściowe stosowane w gimnastyce korekcyjnej, przybory i przyrządy - metodyka prowadzenia ćwiczeń korekcyjnych	3
Ćwiczenia kształtujące i ich modyfikacje w przypadku wad w płaszczyźnie strzałkowej, czołowej i wielopłaszczyznowe.	3
Ćwiczenia wykonywane w warunkach domowych - bez specjalistycznego sprzętu	3
Doskonalenie umiejętności praktycznych na różnych przykładach klinicznych z zakresu reedukacji posturalnej	3

22. Literatura

1. Nowotny J. (red.): Edukacja i reedukacja ruchowa. Wyd. Kasper, Kraków, 2003.
2. Nowotny J. i wsp.: Podstawy fizjoterapii. Część 1-3. Wyd. Kasper, Kraków, 2004-2005.
3. Raczek J., Mynarski W., Ljach W.: Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych. AWF Katowice 2002.
4. Brzęk Anna, Famuła Anna, Sołtys Jacek: Kształtowanie zdolności motorycznych w procesie ontogenezy. Aspekty teoretyczne i wskazówki praktyczne. Skrypt dla studentów Fizjoterapii. Wydawnictwo SUM 2013
5. Osiński W.: Antropomotoryka. AWF Poznań 2003 Wytyczne WHO dotyczące aktywności fizycznej i siedzącego trybu życia. WHO, Genewa, 2021
6. Brzęk A. Czy możliwe jest dostosowanie sylwetki do wzoru prawidłowej postawy ciała. [w]: Bąk-Sośnowska M., Szmaglińska K., Brzęk A. Ciało i jego konteksty - od poszukiwania kontroli po świadomość zniewolenia. Wyd. SUM, Katowice, 2018

23. Kryteria oceny – szczegóły

Zgodnie z zaleceniami organów kontrolujących.

Zaliczenie przedmiotu - student osiągnął zakładane efekty uczenia się.

Szczegółowe kryteria zaliczenia i oceny z przedmiotu są zamieszczone w regulaminie przedmiotu – w oparciu o szczegółową skalę ocen i zasady zaliczenia

Kryteria ocen z zakresu kompetencji społecznych ocenianych przez prowadzącego, kolegów i pacjentów w formie przedłużonej obserwacji postaw i zachowań:

5,0 – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb wysokiego poziomu sprawności fizycznej, chętnie uczestniczy w działaniach promujących zdrowie w Uczelni i poza Uczelnią.

4,5 – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia, często poszukuje wiedzy w dodatkowych źródłach, bazach publikacji, Potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Dbą o poziom sprawności fizycznej, uczestniczy w działaniach promujących zdrowie w Uczelni.

4,0 – Jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia, poszukuje wiedzy w dodatkowych źródłach. W większości przypadków potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Dbą o poziom sprawności fizycznej

3,5 – Prawie zawsze jest otwarty, komunikatywny i wykazuje zrozumienie dla potrzeb ustawicznego kształcenia. W większości przypadków potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Rozumie potrzebę dbania o poziom sprawności fizycznej i uczestnictwa w działaniach promujących zdrowie i stara się wdrożyć tą wiedzę w praktykę.

3,0 – W większości przypadków rozumie potrzebę ustawicznego kształcenia. Zazwyczaj potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole. Wykazuje przeciętny poziom sprawności fizycznej.

2,0 –Nie rozumie potrzeby zwiększania poziomu wiedzy o dodatkowe źródła, Nie potrafi pracować samodzielnie jak i w zespole, Nie dba o poziom aktywności fizycznej, nie rozumie potrzeby promocji zdrowia.

**zgodnie z zał. 1 do pkt. II programu studiów dla cyklu 2024-2029 na kierunku fizjoterapia – studia jednolite magisterskie*