



## SYLABUS

### DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020-2022

(skrajne daty)

#### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	<b>Fizjoprofilaktyka</b>
Kod przedmiotu	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	<b>Kolegium Nauk Medycznych</b>
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	<b>Instytut Nauk o Zdrowiu</b>
Kierunek studiów	<b>Fizjoterapia</b>
Poziom kształcenia	<b>Studia uzupełniające magisterskie</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Niestacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>II rok, 4 semestr</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Przedmiot treści kierunkowych</b>
Język wykładowy	<b>Polski</b>
Koordinator	<b>Mgr Bogumiła Pniak</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Bogumiła Pniak – wykład, ćwiczenia konwersatoryjne

\* - *opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

#### 1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykl.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	GN	Liczba pkt ECTS
1	15	-	15	-	-	-	-	30	2

#### 1.3. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

X zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

#### 1.4. Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

#### 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Podstawowe wiadomości z zakresu zdrowia publicznego oraz demografii i epidemiologii zdobyte podczas studiów.

#### 3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

##### 3.1. Cele przedmiotu

C1	Dostarczenie wiedzy na temat głównych zagadnień z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki chorób
----	--

	(idea, pojęciami, celami, kierunkami i metodami działania, podstawowymi dokumentami, instytucjami funkcjonującymi w obszarze promocji zdrowia i profilaktyki).
C2	Uzyskanie wiedzy niezbędnej do podejmowania działań służących umacnianiu zdrowia i kształtowaniu postawy prozdrowotnej.
C3	Uzyskanie umiejętności oceny najważniejszych zagrożeń zdrowia oraz zapobiegania chorobom w rodzinie i społeczności.

### 3.2 EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU ( WYPEŁNIA KOORDYNATOR)

EK ( efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	Ma wiedzę w zakresie założeń edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki niepełnosprawności.	K_W14
EK_02	Zna zasady przeprowadzania badań naukowych.	K_W15
EK_03	Posiada umiejętność inicjowania, organizowania i realizowania działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności.	K_U22
EK_04	Posiada umiejętności badawcze takie jak: formułowania problemów badawczych, doboru adekwatnych metod i technik badawczych, doboru i konstruowania adekwatnych narzędzi badawczych.	K_U24
EK_05	Potrafi wyciągać wnioski z badań naukowych i własnych obserwacji.	K_U27
EK_06	Demonstruje postawę promującą zdrowie i zachęca do aktywności fizycznej, w tym działa na rzecz interesu publicznego.	K_K03
EK_07	Wykazuje inicjatywę i kreatywność w działaniu.	K_K07

### 3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

#### A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
Zapoznanie z tematyką wykładów, wymaganiami, zasadami zaliczenia, literaturą.
Rozwój idei fizjoprofilaktyki i promocji zdrowia. Definicje, cele, zadania fizjoprofilaktyki. Główne kierunki działania w fizjoprofilaktyce.
Pojęcia zdrowia, funkcjonowania i niepełnosprawności. Czynniki wpływające na zdrowie, funkcje i struktury ciała ludzkiego, aktywność i uczestniczenie. Czynniki środowiskowe i osobowe. Model biopsychospołeczny. Kompleksowa ocena dla potrzeb tworzenia programów fizjoprofilaktycznych. Analiza piśmiennictwa.
Główne zagrożenia zdrowia i problemy zdrowotne ludności. Zagadnienia związane ze zdrowiem publicznym. Nierówności w zdrowiu. Analiza piśmiennictwa.
Fizjoprofilaktyka i jej znaczenie we współczesnej koncepcji zdrowia. Rola fizjoterapeuty w edukacji zdrowotnej grup społecznych i ludzi w różnym wieku zagrożonych chorobami cywilizacyjnymi. Analiza

piśmiennictwa.
Badania naukowe i ich znaczenie w fizjoprofilaktyce. Planowanie badań, dobór metod i narzędzi badawczych, realizacja badania, interpretacja wyników, wyciąganie wniosków w kontekście planowania i tworzenia programów fizjoprofilaktycznych.
Zasady planowania, przygotowywania i konstruowania programów fizjoprofilaktycznych i programów promocji zdrowia w oparciu o prowadzone badania naukowe oraz analizę piśmiennictwa.
Rola instytucji publicznych w profilaktyce i promocji zdrowia. Źródła i zasady finansowania programów profilaktycznych i promujących zdrowie. Analiza piśmiennictwa.
Ocena jakości praktyki promocji zdrowia i profilaktyki.

#### B. Problematyka ćwiczeń

Zapoznanie z tematyką ćwiczeń, wymaganiami, zasadami zaliczenia, literaturą
Wybór problemu badawczego z zakresu zdrowia publicznego (wszyscy studenci pracują nad jednym problemem badawczym). Analiza piśmiennictwa w wybranym temacie – przegląd systematyczny piśmiennictwa.
Przygotowanie koncepcji badania dla wybranego problemu badawczego po analizie piśmiennictwa. Przygotowanie metodologii badania, w tym dobór narzędzi badawczych.
Przeprowadzenie badania, zebranie danych, analiza i wyciągnięcie wniosków.
Przygotowanie projektu programu fizjoprofilaktycznego na podstawie wyciągniętych wniosków z przeprowadzonego badania – praca w grupach.
Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego – praca w grupach.
Przygotowanie programu promocji programu fizjoprofilaktycznego – praca w grupach.
Zaliczenie konwersatoriów.

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

**Wykład:** prezentacja multimedialna, dyskusja.

**Konwersatoria:** metoda projektów.

**Praca własna studenta:** praca z literaturą naukową, praca projektowa.

#### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, ...)
EK_01 EK_02	Egzamin pisemny z pytaniami zamkniętymi jednokrotnego wyboru oraz otwartymi problemowymi.	W.
EK_03 EK_04 EK_05 EK_06 EK_07	Przegląd systematyczny literatury w zakresie wybranego projektu badawczego – praca w grupach. Przeprowadzenie wyznaczonej przez prowadzącego liczby badań i wpisanie do arkusza kalkulacyjnego – każdy student. Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego w oparciu o przeprowadzone badania – praca w grupach. Przygotowanie koncepcji promocji przygotowanego programu profilaktycznego – praca w grupach.	ĆW.

## 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

### Wykłady:

#### Ocena wiedzy (EK\_01, EK\_02):

**Egzamin** pisemny z pytaniami zamkniętymi jednokrotnego wyboru oraz otwartymi problemowymi.

- 5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%
- 4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92%
- 4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84%
- 3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76%
- 3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%
- 2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60%

#### Konwersatoria:

#### Ocena umiejętności (EK\_03, EK\_04, EK\_05):

Zaliczenie efektów polega na zaliczeniu następujących elementów w formie pisemnej:

- 1) **Przegląd systematyczny literatury w zakresie wybranego projektu badawczego – praca w grupach 3-5 osobowych** (wybrane na pierwszych zajęciach zespoły pracują nad wspólnymi projektami przez cały czas trwania ćwiczeń). Analiza piśmiennictwa ma mieć objętość 1-2 stron A4, napisanych czcionką Times New Roman, rozmiar 12, ma być oparta na minimum 20 pozycjach piśmienniczych – artykułach naukowych zaczerpniętych z baz: PubMed, Ebsco, Medline, Science Direct, piśmiennictwo przygotowane zgodnie z wytycznymi AMA (the American Medical Association), piśmiennictwo aktualne z ostatnich 10 lat. Analiza ma prowadzić do celu badania, który ma być zbieżny ze sformułowanym wcześniej problemem badawczym.

5.0 – zespół przygotował wyczerpującą analizę piśmiennictwa do zadanego problemu badawczego całkowicie zgodnie z wytycznymi dla systematycznego przeglądu piśmiennictwa naukowego oraz wytycznymi podanymi przez prowadzącego.

4.5 – zespół przygotował dobrze analizę piśmiennictwa, analiza zawiera drobne niedociągnięcia techniczne, jest zgodna z wytycznymi dla systematycznego przeglądu piśmiennictwa naukowego oraz wytycznymi podanymi przez prowadzącego.

4.0 – zespół przygotował dobrą analizę piśmiennictwa, analiza zawiera drobne niedociągnięcia techniczne lub merytoryczne, jest w przeważającej większości zgodna z wytycznymi dla systematycznego przeglądu piśmiennictwa naukowego oraz wytycznymi podanymi przez prowadzącego

3.5 – zespół przygotował dostateczną analizę piśmiennictwa, analiza zawiera jednak niedociągnięcia techniczne lub merytoryczne, jest w znacznej mierze zgodna z wytycznymi dla systematycznego przeglądu piśmiennictwa naukowego oraz jest zgodna wytycznymi podanymi przez prowadzącego

3.0 – zespół przygotował dostateczną analizę piśmiennictwa, analiza zawiera większe niedociągnięcia techniczne i merytoryczne, lecz w dostatecznym stopniu analizuje badany problem, co umożliwia zaliczenie przygotowanej analizy.

2.0 – zespół nie przygotował analizy piśmiennictwa lub przygotowana analiza zawiera znaczące niedociągnięcia techniczne i/lub merytoryczne, które uniemożliwiają zaliczenie.

- 2) **Przeprowadzenie wyznaczonej przez prowadzącego liczby badań (zależny od podjętego problemu badawczego) i wpisanie do arkusza kalkulacyjnego – każdy student.**

5.0 – student przeprowadził 2 razy więcej kompletnych badań niż wskazana minimalna liczba przez prowadzącego i oddał kompletne arkusze danych w wyznaczonym przez prowadzącego pierwszym terminie (np. jeśli minimalna liczba wynosiła 2 badania to student przeprowadził 4 badania).

4.0 - student przeprowadził minimalną liczbę kompletnych badań i oddał kompletne arkusze danych w wyznaczonym przez prowadzącego pierwszym terminie (np. jeśli minimalna liczba wynosiła 2 badania to student przeprowadził 2 badania).

3.0 – student przeprowadził minimalną liczbę badań, ale część z nich (nie więcej niż połowa) okazała się niekompletna co nie pozwala uwzględnić tego badania w arkuszu kalkulacyjnym (np. jeśli minimalna liczba wynosiła 2 badania to student przeprowadził 2 badania, w tym jedno niekompletne) lub przeprowadził minimalną liczbę kompletnych badań lecz nie oddał ich w wyznaczonym przez prowadzącego pierwszym terminie.

2.0 – student nie przeprowadził lub nie oddał badań w drugim wyznaczonym przez prowadzącego terminie.

### **3) Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego w oparciu przeprowadzone badania oraz pomysłu rozpowszechnienia i promocji programu – praca w grupach 3-5 osobowych.**

Ocenie podlega merytoryka i kompleksowość programu oraz jego kreatywność i pomysłowość.

Oceniana jest również estetyka przygotowanego dokumentu oraz pomysł promocji przygotowanego programu w społeczeństwie. Dokument powinien mieć objętość 5-10 stron A4, napisanych czcionką Times New Roman, rozmiar 12, powinien być wzbogacony w wykresy, grafy, ryciny i tabele.

Pomysł promocyjny może mieć postać plakatu, ulotki informacyjnej lub pomysłu (programu) happeningu/wydarzenia, istotna jest zarówno strona merytoryczna jak i graficzna projektu.

5.0 – zespół przygotował i zaprezentował wyczerpujący program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności osób badanych oraz pomysł jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego. Ocenę bardzo dobrą otrzymują członkowie najciekawszego kompleksowego programu.

4.5 – zespół przygotował i zaprezentował dobry program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności badanych osób oraz pomysł jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego.

4.0 – zespół przygotował i zaprezentował dobry program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności badanych osób oraz pomysł jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego. Projekt zawiera drobne uwagi i niedociągnięcia, nie wpływające w istotny sposób na merytorykę i kompletność programu.

3.5 – zespół przygotował i zaprezentował dostatecznie dobrze program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności badanych osób oraz pomysł jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego. Projekt zawiera uwagi i niedociągnięcia, które nie wpływają w bardzo istotny sposób na koncepcję i merytorykę programu.

3.0 – zespół przygotował i zaprezentował dostateczny program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności badanych osób oraz pomysł jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego. Projekt zawiera podstawowe założenia i elementy wyznaczone przez prowadzącego, niemniej zawiera niedociągnięcia, które wpływają na koncepcję, merytorykę oraz stronę techniczną programu, lecz w dostatecznym stopniu przedstawia badany problem, co umożliwia jego zaliczenie.

2.0 – zespół nie przygotował i/lub nie zaprezentował programu fizjoprofilaktycznego uwzględniającego wszystkie elementy modelu biopsychospołecznego, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych w kontekście poprawy funkcji i/lub aktywności badanych osób oraz pomysłu jego promocji, zgodnie z wytycznymi prowadzącego. Projekt zawiera znaczne niedociągnięcia, które wpływają na koncepcję, merytorykę i/lub stronę techniczną programu co uniemożliwia jego zaliczenie.

### Ocena kompetencji (EK\_06, EK\_07):

Następuje podczas realizacji poszczególnych zadań oraz prezentacji programu i pomysłu jego promocji.

5.0 – wykazuje kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność jego wykonania na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność jego wykonania na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność jego wykonania na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność jego wykonania na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność jego wykonania na poziomie 60%-68%

2.0 – kreatywność, zaangażowanie, znajomość wybranego tematu i sumienność poniżej 60%

Pozytywne zaliczenie wykładu umożliwiające do przystąpienia do egzaminu można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny końcowej z ćwiczeń.

*Ocenę pozytywną z ćwiczeń można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów uczenia się. Otrzymana przez studenta ocena częściowa niedostateczna wymaga poprawy, jednocześnie jest wliczana do średniej arytmetycznej.*

*Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z ocen częściowych.*

*Istnieje możliwość zmiany formy zajęć oraz zaliczeń: kontaktowa / zdalna / hybrydowa zależnie od bieżącej sytuacji epidemicznej i po uzyskaniu zgody kierownika kierunku.*

### 5. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia założonych efektów w godzinach oraz punktach ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	30
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	3
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	27
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>60</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>2</b>

### 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
------------------	---

## 7. LITERATURA

### Literatura podstawowa:

1. Drabik J., Resiak M. (red.). Styl życia w promocji zdrowia. Gdańsk: AWFIS, 2010.
2. Syrek E., Edukacja zdrowotna. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2009.
3. Drabik J. Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa. Cz. I. Gdańsk: AWF, 1995.
4. Drabik J. Aktywność, sprawność i wydolność fizyczna jako mierniki zdrowia człowieka. Gdańsk: AWF, 1997.

### Literatura uzupełniająca:

1. Drabik J., Promocja aktywności fizycznej. Cz. III. Gdańsk: AWF, 1997.
2. Kulmatycki L., Promocja zdrowia w kulturze fizycznej. Wyd. AWF w Poznaniu, Poznań 2003.
3. Bomber Piotr, Hady Joanna i wsp. praca zbiorowa, Lachowska Halina System ochrony zdrowia w Polsce (wyd. II), CeDeWu, Warszawa 2019
4. Zadarko-Domaradzka M., Zadarko E, Nowe media jako narzędzie edukacji zdrowotnej i modelowania zachowań współczesnego społeczeństwa. „Edukacja – Technika – Informatyka” nr 1/19/2017
5. Pniak Bogumiła, Leszczak Justyna, Kureczab Jadwiga, Krzemińska Aleksandra, Pięta Joanna, Plis Agnieszka, Czenczek-Lewandowska Ewelina, Guzik Agnieszka. The Efficiency of Spa Rehabilitation in Chronic Ischemic Stroke Patients-Preliminary Reports. Brain Science 2021 : Vol. 11, iss. 4, id. art. 501, bibliogr

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej