



# SYLABUS

## DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2018-2023

(skrajne daty)

### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE/MODULE

Nazwa przedmiotu/ modułu	<b>Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia</b>
Kod przedmiotu/ modułu*	
Wydział (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 jednolite magisterskie</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Niestacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>V rok, 9 semestr</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Przedmiot treści kierunkowych</b>
Koordynator	<b>Dr Agnieszka Wiśniowska-Szurlej</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Bogumiła Pniak – wykład i ćwiczenia

\* - zgodnie z ustaleniami na wydziale

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

Wykl.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	GN	Liczba pkt ECTS
20	-	10	-	-	-	-	30	2

### 1.3. Sposób realizacji zajęć

zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

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

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Podstawowe wiadomości z zakresu zdrowia publicznego, demografii i epidemiologii, metodyki nauczania ruchu oraz fizjoterapii w różnych specjalnościach zdobyte podczas studiów.

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

### 3.1. Cele przedmiotu/modułu

C1	Dostarczenie wiedzy na temat głównych zagadnień z zakresu promocji zdrowia i fizjoprofilaktyki chorób.
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.
C4	Uzyskanie umiejętności odnoszących się do opracowywania i wdrażania fizjoprofilaktycznych programów zdrowotnych w pracy z różnymi grupami pacjentów

### 3.2 EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU/ MODUŁU ( WYPEŁNIA KOORDYNATOR)

EK ( efekt kształcenia)	Treść efektu kształcenia zdefiniowanego dla przedmiotu (modułu)	Odniesienie do efektów kierunkowych (KEK)
EK_01	Prezentuje usystematyzowaną wiedzę w zakresie zasad promocji zdrowia i zdrowego stylu życia. Rozumie i diagnozuje styl życia oraz wybrane modele zachowań prozdrowotnych człowieka ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.	K_W14
EK_02	Potrafi udzielić porady w zakresie działań profilaktyczno-zdrowotnych, wykorzystuje wychowawcze aspekty promocji zdrowia oraz aktywności fizycznej w profilaktyce wykluczenia i patologii społecznych.	K_U02
EK_03	Posiada zaawansowane umiejętności kierowania i realizowania programów zdrowotnych, rekreacyjnych, sportowych i estetyki zachowań ruchowych w pracy z pacjentami w różnym wieku i z różnymi dysfunkcjami.	K_U03
EK_04	Wyciąga wnioski z badań naukowych i własnych obserwacji.	K_U25

### 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. Analiza piśmiennictwa w wybranym temacie – przegląd systematyczny piśmiennictwa.
Przygotowanie projektu programu fizjoprofilaktycznego na podstawie wyciągniętych wniosków z przeprowadzonego przeglądu piśmiennictwa – praca w grupach.

Przygotowanie programu promocji programu fizjoprofilaktycznego – praca w grupach.
Przedstawienie praktyczne wybranych elementów postępowania fizjoprofilaktycznego zawartego w opracowanym projekcie.
Zaliczenie konwersatoriów.

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

**Wykład:** prezentacja multimedialna, dyskusja.

**Konwersatoria:** metoda projektów, praca w grupie, ćwiczenia praktyczne.

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

#### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów kształcenia

Symbol efektu	Metody oceny efektów kształcenia ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, ...)
EK_01	Egzamin pisemny z pytaniami zamkniętymi jednokrotnego wyboru oraz otwartymi problemowymi.	W.
EK_02	Przedstawienie praktyczne wybranych elementów postępowania fizjoprofilaktycznego	KONW.
EK_03	Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego oraz pomysłu rozpowszechnienia programu w oparciu o przeprowadzony przegląd piśmiennictwa	KONW.
EK_04	Przegląd piśmiennictwa z zakresie wybranego problemu z zakresu fizjoprofilaktyki	KONW.

#### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

##### Wykłady:

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

**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%

##### Ćwiczenia konwersatoryjne

##### Ocena umiejętności (EK\_04)

**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.

### **Ocena umiejętności (EK\_03)**

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

Ocenić 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 biopsychospołeczny, 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 biopsychospołeczny, 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 biopsychospołeczny, 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, niewpływające w istotny sposób na merytorykę i kompletność programu.

3.5 – zespół przygotował i zaprezentował dostatecznie dobrze program fizjoprofilaktyczny, uwzględniający wszystkie elementy modelu biopsychospołeczny, 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 biopsychospołeczny, 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 biopsychospołeczny, 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 umiejętności (EK\_02)

**Przedstawienie praktyczne wybranych elementów postępowania fizjoprofilaktycznego zawartego w projekcie (pokaz wybranych ćwiczeń, przedstawienie proponowanego instruktażu, zasad ergonomii itp.)**

5.0 – student potrafi bezbłędnie i kompletnie dobierać i modyfikować zakres ćwiczeń i działań profilaktycznych w zależności od schodzenia pacjenta, proponuje właściwe rozwiązania, nie wymaga żadnych uwag ze strony prowadzącego

4.5 – student potrafi bezbłędnie i prawie kompletnie dobierać i modyfikować zakres ćwiczeń i działań profilaktycznych w zależności od schodzenia pacjenta, proponuje właściwe rozwiązania, wymaga minimalnych uwag ze strony prowadzącego

4.0 – student potrafi samodzielnie dobierać i modyfikować zakres ćwiczeń i działań profilaktycznych w zależności od schodzenia pacjenta, proponuje właściwe rozwiązania, które wymagają jednak większych uzupełnień ze strony prowadzącego

3.5 – student z małą pomocą prowadzącego potrafi dobierać i modyfikować zakres ćwiczeń i działań profilaktycznych w zależności od schorzenia pacjenta, zakres przedstawionych działań nie jest jednak w pełni kompletny.

3.0 – student z dużą pomocą prowadzącego potrafi dobierać i modyfikować zakres ćwiczeń i działań profilaktycznych w zależności od schorzenia pacjenta, zakres przedstawionych działań nie wymaga większych uzupełnień ze strony prowadzącego

2.0 – proponowane działania fizjoprofilaktyczne i formułowane wnioski są niepoprawne merytorycznie, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego pomimo licznych uwag nauczyciela popełnia rażące błędy w doborze postępowania i rekomendowanych działań.

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 kształcenia.*

*Otrzymana przez studenta ocena cząstkowa niedostateczna wymaga poprawy, jednocześnie jest wliczana do średniej arytmetycznej. Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich ocen cząstkowych.*

*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

Aktywność	Liczba godzin/ nakład pracy studenta
godziny zajęć wg planu z nauczycielem	<b>30</b>
przygotowanie do zajęć	<b>14</b>
udział w konsultacjach	<b>1</b>
czas na napisanie referatu/eseju	-
przygotowanie do egzaminu	<b>13</b>
udział w egzaminie	<b>2</b>
Inne (jakie?)	-
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>60</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>2</b>

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

## 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. Kulmatycki L., Promocja zdrowia w kulturze fizycznej. Wyd. AWF w Poznaniu, Poznań 2003.
2. Bomber Piotr, Hady Joanna i wsp. praca zbiorowa, Lachowska Halina System ochrony zdrowia w Polsce (wyd. II), CeDeWu, Warszawa 2019
3. Zadarko-Domaradzka M., Zadarko E, Nowe media jako narzędzie edukacji zdrowotnej i modelowania zachowań współczesnego społeczeństwa. „Edukacja – Technika – Informatyka” nr 1/19/2017
4. Ćwirlej-Sozańska A., Krawczyk-Wasielewska A., Samborski W.: Fizjoprofilaktyka w osteoporozie. Czasopismo: Forum Reumatologiczne 2020, T. 6 (4): 167-172
5. Pniak Bogumiła, Leszczak Justyna, Kurczab 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

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej