



SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020-2025

(skrajne daty)

1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia
Kod przedmiotu*	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Poziom kształcenia	Studia jednolite magisterskie
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Niestacjonarne
Rok i semestr studiów	V rok, 9 semestr
Rodzaj przedmiotu	Podstawy fizjoterapii
Język wykładowy	Polski
Koordinator	Mgr Bogumiła Pniak
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	

* - *opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	GN	Liczba pkt ECTS
15	-	15	-	-	-	-	20	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 (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Podstawowe wiadomości z zakresu zdrowia publicznego oraz demografii i epidemiologii, metodyka nauczania ruchu.

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, w tym wiedzy na temat zasad przeprowadzania badań przesiewowych na potrzeby opracowania programów profilaktycznych.
C3	Uzyskanie umiejętności oceny najważniejszych zagrożeń zdrowia oraz zapobiegania chorobom w rodzinie i społeczności.
C4	Uzyskanie podstawowych umiejętności odnoszących się do opracowywania i wdrażania profilaktycznych programów zdrowotnych w pracy z różnymi grupami pacjentów
C5	Zdobycie umiejętności prowadzenia badań naukowych o charakterze przesiewowym na potrzeby opracowania programu profilaktycznego.

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	Zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką.	C.W17.
EK_02	Zna zasady doboru narzędzi pomiarowych i diagnostycznych w pracach naukowo-badawczych w zakresie fizjoterapii	C.W18.
EK_03	Potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.	C.U17.
EK_04	Potrafi dobierać metody i narzędzia diagnostyczne i pomiarowe podczas planowania i realizacji badań naukowych	C.U19.
EK_05	Potrafi planować i przeprowadzać badania przesiewowe i na podstawie uzyskanych wyników zaplanować program profilaktyczny	C.U20.
EK_06	Jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	K.K3.
EK_07	Jest gotów do formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej.	K.K8.

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.
Zasady planowania, przygotowywania i konstruowania programów fizjoprofilaktycznych i programów promocji zdrowia w oparciu o prowadzone badania naukowe oraz analizę piśmiennictwa. Dobór narzędzi pomiarowych i diagnostycznych w badaniach prowadzonych na potrzeby opracowania programów fizjoprofilaktycznych..
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 konwersatoryjnych

Zapoznanie z tematyką ćwiczeń, wymaganiami, zasadami zaliczenia, literaturą
Wybór problemu badawczego z zakresu zdrowia publicznego. 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 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 grupach, zajęcia praktyczne

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_04, EK_05	Przeprowadzenie wyznaczonej przez prowadzącego liczby badań i wpisanie do arkusza kalkulacyjnego – każdy student.	KONW.
EK_03	Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego, pomysłu rozpowszechnienia i promocji programu oraz jego praktyczne przedstawienie.	KONW.
EK_06, EK_07	Obserwacja studenta.	KONW.

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%

Ocena umiejętności (EK_04, EK_05)

Przeprowadzenie przeglądu piśmiennictwa w wybranym temacie, wyznaczonej przez prowadzącego liczby badań oraz wpisanie ich do arkusza kalkulacyjnego.

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. Zespół 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 zespół przeprowadził 4 badania).

4.0 - Zespół przygotował dobrze analizę piśmiennictwa, analiza zawiera drobne niedociągnięcia techniczne, jest zgodna z wytycznymi dla systematycznego przeglądu piśmiennictwa naukowego oraz wytycznymi

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

3.0 – Zespół przygotował dostateczną analizę piśmiennictwa, analiza zawiera większe niedociągnięcia techniczne i merytoryczne, lecz w dostatecznym stopniu analizuje badany problem, co umożliwi zaliczenie przygotowanej analizy. Zespół 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 zespół 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 - Zespół nie przygotował analizy piśmiennictwa lub przygotowana analiza zawiera znaczące niedociągnięcia techniczne i/lub merytoryczne, które uniemożliwiają zaliczenie. Zespół nie przeprowadził lub nie oddał badań w drugim wyznaczonym przez prowadzącego terminie.

Ocena umiejętności (EK_03)

Przygotowanie programu fizjoprofilaktycznego oraz pomysłu rozpowszechnienia i promocji programu, a także praktyczne przedstawienie wybranych jego elementów – praca w grupach 3-5 osobowych.

Ocenić podlega merytoryka i kompleksowość programu oraz jego kreatywność i pomysłowość. Oceniana jest również estetyka przygotowanego dokumentu, pomysł promocji przygotowanego programu w społeczeństwie, a także praktyczne przedstawienie elementów programu.

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. Zespół 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 – 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. Zespół 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 – 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. Zespół 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 – 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. Zespół 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 – 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. Zespół 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 – 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 społecznych (EK_06, EK_07)

Ocena dokonywana jest na podstawie obserwacji postaw i zachowań studenta podczas zaliczenia praktycznego oraz podczas pracy w trakcie trwania ćwiczeń konwersatoryjnych.

Zal – Student prezentuje postawę promującą zdrowy styl życia, chętnie podejmuje działania na rzecz promocji zdrowia i uznaje je za nieodzownie związane z zawodem fizjoterapeuty.

Nzal – student nie przejawia postawy promującej zdrowy styl życia, nie uznaje działań na rzecz promocji zdrowia jako istotnych z punktu widzenia zawodu fizjoterapeuty.

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 cząstkowa niedostateczna wymaga poprawy, jednocześnie jest wliczana do średniej arytmetycznej.

Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z 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

4. 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.)	17
SUMA GODZIN	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

Literatura podstawowa:

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

Literatura uzupełniająca:

1. Drabik J., Promocja aktywności fizycznej. Cz. III. Gdańsk: AWF, 1997.
2. Ostrowska A., Styl życia a zdrowie. , Warszawa: Wyd. IFiS PAN, 1999.
3. Heszen I., Sęk H., Psychologia zdrowia. Warszawa: PWN, 2007.
4. Kulmatycki L., Promocja zdrowia w kulturze fizycznej. Wyd. AWF w Poznaniu, Poznań 2003
5. 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, 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, bibliogr

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej