



SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2022-2027

(skrajne daty)

1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Trening proprioceptywny i zastępcze sprzężenie zwrotne
Kod przedmiotu	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Poziom kształcenia	Jednolite studia magisterskie
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Niestacjonarne
Rok i semestr studiów	V rok, 9 semestr
Rodzaj przedmiotu	Autorska oferta uczelni, przedmiot do wyboru
Język wykładowy	Polski
Koordinator	Dr Daniel Szymczyk
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	

* - 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
-	-	-	20	-	-	-	5	1

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

Znajomość podstaw biomechaniki somatycznej i biomechaniki klinicznej.

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

3.1. Cele przedmiotu

C1	Zdobycie wiedzy na temat teoretycznych i metodycznych podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych w odniesieniu do kształtowania propriocepcji
C2	Zdobycie umiejętności dobierania oraz nauki ćwiczeń kształtujących propriocepcji, z uwzględnieniem dysfunkcji pacjenta i stopnia trudności wykonywanych ćwiczeń
C3	Zdobycie umiejętności z zakresu kierowania i realizowania treningu proprioceptywnego i kształtującego stabilność

3.2 EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów uczenia się
EK_01	Zna teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych	C_W6.
EK_02	Potrafi dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego	C_U6.

3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

A. Problematyka ćwiczeń laboratoryjnych

Treści merytoryczne
Ćwiczenia organizacyjne. Podanie zasad, form i warunków zaliczenia przedmiotu. Przedstawienie tematyki ćwiczeń realizowanych w bieżącym semestrze oraz piśmiennictwa wymaganego do realizacji ćwiczeń.
Teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych związanych z propriocepcją i stabilnością. Trening proprioceptywny i czucie głębokie – układy odniesienia. Analiza piśmiennictwa.
Prawidłowe wzorce ruchowe, opis i testowanie.
Trening core stable i mobilność na stabilności- dobieranie ćwiczeń adekwatnie do zaburzeń i możliwości pacjenta. Nauka wybranych ćwiczeń z uwzględnieniem stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego. Analiza piśmiennictwa.
Budowa stabilności kręgosłupa- dobieranie ćwiczeń adekwatnie do zaburzeń i możliwości pacjenta. Nauka wybranych ćwiczeń z uwzględnieniem stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego
Budowa stabilności stawów kolanowych i stawów biodrowych- dobieranie ćwiczeń adekwatnie do zaburzeń i możliwości pacjenta. Nauka wybranych ćwiczeń z uwzględnieniem stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego
Budowa stabilności stawów skokowych- dobieranie ćwiczeń adekwatnie do zaburzeń i możliwości pacjenta. Nauka wybranych ćwiczeń z uwzględnieniem stopniując natężenie trudności oraz wysiłku

fizycznego
Stabilizacja stawów barkowych i kończyny górnej- dobieranie ćwiczeń adekwatnie do zaburzeń i możliwości pacjenta. Nauka wybranych ćwiczeń z uwzględnieniem stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego
Zaliczenie praktyczne i teoretyczne.

3.4 METODY DYDAKTYCZNE

Ćwiczenia laboratoryjne: prezentacja multimedialna, zajęcia praktyczne, rozwiązywanie symulowanych problemów, praca w grupach na współćwiczących.

Praca własna studenta: praca z piśmiennictwem naukowym.

4. METODY I KRYTERIA OCENY

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	Kolokwium pisemne z pytaniami otwartymi, zamkniętymi, problemowymi.	LAB.
EK_02	Zaliczenie praktyczne	LAB.

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

<p>Ćwiczenia laboratoryjne</p> <p>Ocena wiedzy (EK_01): Kolokwium pisemne pytania otwarte i zamknięte, problemowe. Zakres ocen: 5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100% (znakomita wiedza) 4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92% (bardzo dobry poziom wiedzy z drobnymi błędami) 4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84% (dobry poziom wiedzy, z pewnymi niedociągnięciami) 3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76% (zadowolająca wiedza, z niewielką liczbą błędów) 3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68% (zadowolająca wiedza z licznymi błędami) 2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60% (niezadowolająca wiedza, liczne błędy)</p> <p>Ocena umiejętności (EK_02): Zaliczenie praktyczne z analizą przypadku. Zakres ocen: 5.0 – student proponuje właściwe planowanie postępowania fizjoterapeutycznego, potrafi samodzielnie</p>
--

dobrac ćwiczenia do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Potrafi prawidłowo pod względem metodycznym uczyć zaplanowanych ćwiczeń, stopniując poziom ich trudności i natężenia wysiłku.

4.5 – student z niewielką pomocą prowadzącego, proponuje właściwe planowanie postępowania fizjoterapeutycznego, potrafi samodzielnie dobrać ćwiczenia do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Potrafi prawidłowo pod względem metodycznym uczyć zaplanowanych ćwiczeń, stopniując poziom ich trudności i natężenia wysiłku.

4.0 – student z niewielką pomocą prowadzącego proponuje właściwe planowanie postępowania fizjoterapeutycznego, wymaga pomocy w doborze odpowiednich ćwiczeń, adekwatnych do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Potrafi prawidłowo pod względem metodycznym uczyć zaplanowanych ćwiczeń, stopniując poziom ich trudności i natężenia wysiłku.

3.5 – student wymaga korekty prowadzącego w planowaniu postępowania fizjoterapeutycznego, wymaga pomocy w doborze odpowiednich ćwiczeń, adekwatnych do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Wymaga korekty w nauczaniu zaplanowanych ćwiczeń, stopniując poziom ich trudności i natężenia wysiłku.

3.0 – student wymaga znacznej korekty prowadzącego w planowaniu postępowania fizjoterapeutycznego, wymaga znacznej pomocy w doborze odpowiednich ćwiczeń, adekwatnych do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Wymaga znacznej korekty w nauczaniu zaplanowanych ćwiczeń, ma trudności ze stopniowaniem poziomu ich trudności i natężenia wysiłku.

2.0 – proponowane niewłaściwe planowanie postępowania fizjoterapeutycznego, ma znaczne trudności lub nie potrafi dobrać odpowiednich ćwiczeń, adekwatnych do dysfunkcji i stanu funkcjonalnego pacjenta. Uczy ruchu nieprawidłowo pod względem metodycznym, ma trudności ze stopniowaniem poziomu ich trudności i natężenia wysiłku.

Ocenę pozytywną z przedmiotu można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów uczenia się.

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	20
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	1

Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	4
SUMA GODZIN	25
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

Wymiar godzinowy	-
Zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

<p>Literatura podstawowa:</p> <p>1.W. Stryła, A.M. Pogorzała, Ćwiczenia propriocepcji w rehabilitacji, PZWL 2014 2.S. Cochran, Siła, szybkość i kondycja w sztukach walki, Inne Spacerki, 2011 3.A. Olczak, Równowaga ciała człowieka, PZWL, 2016</p> <p>Literatura uzupełniająca:</p> <p>1.M. Boyle, przekład: N. Podlecka, A. Ziewiec, Nowoczesny trening funkcjonalny: trenuj efektywniej i zmniejsz ryzyko kontuzji, Galaktyka, 2019 2.J.C. Santana, przekład: D. Bąkowska, M. Kuszewski, Trening funkcjonalny, DB Publishing, 2017 3. K. Starrett, G. Cordoza, przedkład: P. Kaczmarek Bądź sprawny jak lampart : jak pozbyć się bólu, uniknąć kontuzji i zwiększyć sprawność, Galaktyka, 2015 4. Feng J, Hung TM, Huang R, Hou S, Ren J. Role of Proprioception in Slow and Rapid Movements. Percept Mot Skills. 2020 Apr;127(2):281-298. 5. Pop Teresa, Szymczyk Daniel, Majewska Joanna, Bejer Agnieszka, Baran Joanna, Bielecki Arkadiusz, Rusek Wojciech. The Assessment of Static Balance in Patients after Total Hip Replacement in the Period of 2-3 Years after Surgery. BioMed Research International. 2018 6. Caroline Joy Co. Proprioceptive Training: A Review of Current Research. Createspace Independent Publishing Platform 2010</p>

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej