



## SYLABUS

### DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2025-2025

(skrajne daty)

#### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	<b>Adaptowana aktywność fizyczna</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 jednolite magisterskie</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Stacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>IV rok, 7 semestr</b>
Język wykładowy	<b>Polski</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Podstawy fizjoterapii</b>
Koordinator	<b>Dr Artur Sochacki</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Dr Artur Sochacki – wykład Dr Artur Sochacki – ćwiczenia konwersatoryjne mgr Dorota Byjoś – ćwiczenia konwersatoryjne

\* - zgodnie z ustaleniami w Jednostce

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

Wykl.	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

Znajomość treści przedmiotu kształcenie ruchowe i metody nauczania ruchu oraz klinicznych podstaw fizjoterapii w różnych specjalnościach.

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

#### 3.1. Cele przedmiotu

C1	Zdobycie wiedzy z zakresu odpowiedniego programowania aktywności ruchowo adaptacyjnej oraz czynników i problemów wpływających na adaptację osób niepełnosprawnych.
C2	Zdobycie wiedzy i umiejętności praktycznego doboru różnych form i środków w aktywności ruchowej i prowadzenia zajęć z osobami ze specjalnymi potrzebami.
C3	Zdobycie umiejętności programowania aktywności ruchowej adaptacyjnej w procesie fizjoterapii oraz promocji zdrowia w profilaktyce wykluczenia.
C4	Zdobycie umiejętności w zakresie nauczania osoby niepełnosprawnej podstawowej samoobsługi i lokomocji.

#### 3.2 EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	Zna zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu i rekreacji terapeutycznej w procesie leczenia i podtrzymywania sprawności osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnościami	C.W11.
EK_02	Zan możliwe zagrożenia i ograniczenia treningowe związane z niepełnosprawnością	C.W13.
EK_03	Potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń	C.U7.
EK_04	Potrafi poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej	C.U13.
EK_05	Potrafi poinstruować osoby z niepełnosprawnościami w zakresie samoobsługi i lokomocji, w tym w zakresie samodzielnego przemieszczania się i pokonywania przeszkód terenowych na wózku aktywnym	C.U14.

### 3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

#### A. Problematyka wykładu

<b>Treści merytoryczne</b>
Przedstawienie charakterystyki przedmiotu i realizowanych zagadnień oraz formy zaliczenia przedmiotu. Przedstawienie wymaganego piśmiennictwa podstawowego i uzupełniającego. Cele i warunki adaptowanej aktywności ruchowej. Aktywnej Rehabilitacji, etapy AR, cele, obozy, działalność regionalna. Miejsce tego systemu w procesie kompleksowej rehabilitacji.
Czynniki wpływające na zaadaptowanie się osoby niepełnosprawnej do życia w społeczeństwie. Problemy osób ze specjalnymi potrzebami w adaptacji w codziennym życiu.
Zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu i rekreacji terapeutycznej do niepełnosprawności pacjenta.
Specyfika aktywności ruchowej osób niepełnosprawnych sensorycznie i motorycznie. Możliwe zagrożenia i ograniczenia treningowe związane z niepełnosprawnością.
Aktywność ruchowa adaptacyjna sposobem na podtrzymanie uzyskanej sprawności z uwzględnieniem podziału ze względu na wiek, płeć, i rodzaj niepełnosprawności
Aktywność ruchowa adaptacyjna jako środek integracji osób ze specjalnymi potrzebami ze społeczeństwem oraz środek służący podtrzymaniu uzyskanej sprawności fizycznej i kondycji psychicznej. Programowanie aktywności ruchowo-adaptacyjnej w procesie rehabilitacji, rekreacji i w wychowaniu fizycznym.

#### B. Problematyka ćwiczeń konwersatoryjnych

<b>Treści merytoryczne</b>
Zajęcia organizacyjno – wprowadzające. Zapoznanie studentów z problematyką, kryteriami zaliczenia. Cele i specyfika prowadzenia zajęć praktycznych z osobą ze specjalnymi potrzebami. Przedstawienie wymaganego piśmiennictwa podstawowego i uzupełniającego.
Umiejętności ruchowe terapeuty potrzebne do nauki jazdy na wózku typu aktiv oraz zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć. Sposoby asekuracji i przenoszenia osób poruszających się na wózku w zakresie form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie pacjenta co do możliwości poruszania się, pokonywania przeszkód na wózku aktywnym. Aktywność ruchowa osób z uszkodzeniem narządu ruchu. Instruowanie pacjenta w zakresie samoobsługi.
Nauka prowadzenia zajęć ruchowych osób z uszkodzeniem narządu wzroku. Instruowanie pacjenta/rodzica/opiekuna osoby z uszkodzonym narządem wzroku w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie w zakresie samoobsługi. Potrzebne umiejętności ruchowe terapeuty konieczne do demonstrowania ćwiczeń i zapewnienia bezpieczeństwa pacjenta.
Metodyka prowadzenia zajęć ruchowych z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie i niedostosowanymi społecznie. Instruowanie pacjenta/rodzica/opiekuna w zakresie form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie w zakresie samoobsługi. Potrzebne umiejętności ruchowe terapeuty konieczne do demonstrowania ćwiczeń i zapewnienia bezpieczeństwa pacjenta.
Nauka prowadzenia zajęć z dziećmi niepełnosprawnymi- instruowanie pacjenta/rodzica/opiekuna w zakresie form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie w zakresie samoobsługi. Potrzebne umiejętności ruchowe terapeuty konieczne do demonstrowania ćwiczeń i zapewnienia bezpieczeństwa pacjenta.

Nauka prowadzenia zajęć z zakresu rekreacji ruchowej osób starszych- instruowanie pacjenta/opiekuna w zakresie form adaptowanej aktywności fizycznej oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie w zakresie samoobsługi. Potrzebne umiejętności ruchowe terapeuty konieczne do demonstrowania ćwiczeń i zapewnienia bezpieczeństwa pacjenta.

Aktywność rekreacyjno-sportowa osób z zaburzeniami rozwojowymi. Zajęcia ruchowe celowane w doskonalenie sprawności życiowej. Instruowanie pacjenta/rodzica/opiekuna w zakresie form adaptowanej aktywności fizycznej oraz rekreacji terapeutycznej. Instruowanie w zakresie samoobsługi. Potrzebne umiejętności ruchowe terapeuty konieczne do demonstrowania ćwiczeń i zapewnienia bezpieczeństwa pacjenta.

Zaliczenie praktyczne.

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

**Wykład:** z prezentacją multimedialną.

**Ćwiczenia konwersatoryjne:** praktyczna nauka prowadzenia zajęć w zakresie aktywności ruchowo-adaptacyjnej z osobami ze specjalnymi potrzebami, nauka jazdy na wózkach aktywnych, poruszania się osób niewidomych.

**Praca własna studenta:** analiza artykułów naukowych, przygotowania do zaliczenia pisemnego i praktycznego

## 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, EK_02	Zaliczenie z oceną. Kolokwium pisemne – pytania otwarte	W.
EK_03, EK_04, EK_05	Zaliczenie z oceną. Praktyczne przedstawienie pracy z osobą niepełnosprawną sensorycznie i motorycznie.	KONW.

## 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

### Wykład:

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

Kolokwium pisemne pytaniami z otwartymi problemowymi.

Kolokwium pisemne

5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 84%-92%

4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 75%-83%

3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-74%

3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość każdej kształcenia poniżej 60%

### Ćwiczenia konwersatoryjne:

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

Zaliczenie z oceną. Praktyczne przedstawienie pracy z osobą niepełnosprawną sensorycznie i motorycznie.

5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, potrafi prawidłowo pod względem metodycznym przeprowadzić zajęcie mające na celu nauczenie określonych czynności osobę niepełnosprawną z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, z niewielką pomocą prowadzącego potrafi prawidłowo pod względem metodycznym przeprowadzić zajęcie mające na celu nauczenie określonych czynności osobę niepełnosprawną z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, z pomocą prowadzącego potrafi prawidłowo pod względem metodycznym przeprowadzić zajęcie mające na celu nauczenie określonych czynności osobę niepełnosprawną z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

3.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, prowadzi naukę określonych czynności osób niepełnosprawnych z dużymi błędami metodycznymi, ale z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

3.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, prowadzi naukę określonych czynności osób niepełnosprawnych z dużymi błędami metodycznymi, ma trudności z zachowaniem zasad podczas prowadzonych przez siebie treningu

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, nie potrafi poprowadzić treningu dla osoby niepełnosprawnej, którego celem jest nauka określonych czynności, nie potrafi stosować zasad bezpieczeństwa

*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**

<b>Forma aktywności</b>	<b>Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności</b>
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	30
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach)	3
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	17
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>50</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>2</b>

**6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU**

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

**7. LITERATURA**

<p><b>Literatura podstawowa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Morgulec-Adamowicz N., Kosmol A., Molik B., Adaptowana Aktywność Fizyczna dla fizjoterapeutów PZWL Warszawa 2015.</li> <li>2. Kowalik S.; Kultura fizyczna dla osób niepełnosprawnych. Studia z dostosowanej aktywności fizycznej AWF Poznań 2012.</li> <li>3. Tasiemski T. Urazy rdzenia kręgowego. Trening samoobsługi i techniki jazdy wózkiem inwalidzkim. Warszawa 2000.</li> </ol>
<p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kowalik S. Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk 2009.</li> <li>2. Rutkowska I. Sprawność i aktywność fizyczna osób niewidomych. AWF Warszawa 2010.</li> <li>3. Kozdroń E. Program rekreacji ruchowej osób starszych. AWF Warszawa 2006.</li> <li>4. Maszczak T. Wychowanie fizyczne i sport dzieci specjalnej troski. AWF Warszawa 1985.</li> <li>5. Szwarz H. Wasilewska R. Wolańska; Rekreacja ruchowa osób starszych. AWF Warszawa 1986.</li> <li>6. Sochacki Artur. Ocena poziomu adaptacji funkcjonalnej i psychospołecznej osób po urazie</li> </ol>

rdzenia kręgowego uprawiających rugby na wózkach / Artur Sochacki ; prom. Andrzej Maciejczak. Rzeszów : Uniwersytet Rzeszowski, 2016: 152.

7. Bolach E.; Wpływ aktywnej rehabilitacji na integrację społeczną osób po urazie rdzenia kręgowego.
8. Sydor M. Wybór i eksploatacja wózka inwalidzkiego. Wydawnictwo Akademii Rolniczej w Poznaniu, 2003.
9. Kurpiel D.; Psychospołeczne uwarunkowania osób dorosłych z mózgowym porażeniem dziecięcym. Impuls 2011
10. Lew-Starowicz Z., Kirenko J.; Seks osób po urazie rdzenia kręgowego. PZWL, Warszawa 2001
11. Materiały Fundacji aktywnej rehabilitacji.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej