*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *....2020/2021-2021/2022..........*

*(skrajne daty*)

Rok akademicki .....2021-2022...........

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Profilaktyka chorób cywilizacyjnych |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom studiów | Studia drugiego stopnia |
| Profil | ogólnoakademicki |
| Forma studiów | stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | Rok II/semestr 4 |
| Rodzaj przedmiotu | Modułowy (Trener Zdrowia) |
| Język wykładowy | j. polski |
| Koordynator | Dr n. biol. Maria Zadarko-Domaradzka |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | Dr n. biol. Maria Zadarko-Domaradzka |

\* *-opcjonalni*e, *zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| 4 | 4 | 16 |  |  |  |  |  |  | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

☐ zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

Ćwiczenia - zaliczenie na ocenę

Wykład – zaliczenie bez oceny

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Student powinien umieć wykorzystywać w czasie zajęć wiadomości przekazywane na przedmiotach z toku studiów tj., edukacja zdrowotna, promocja zdrowia. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Dostarczenie wiedzy z zakresu problematyki chorób wynikających z rozwoju cywilizacji |
| C2 | Wyposażenie w umiejętności samobadania i samokontroli własnego ciała. |
| C3 | Zwrócenie uwagi na rolę aktywności fizycznej w profilaktyce chorób cywilizacyjnych |

**3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| EK­\_01 | Opisze choroby cywilizacyjne, czynniki ryzyka oraz działania profilaktyczne. Wyjaśni rolę aktywności fizycznej w profilaktyce chorób przewlekłych niezakaźnych. Scharakteryzuje współczesny styl życia i zidentyfikuje zagrożenia stanowiące modyfikowalne czynniki ryzyka wielu chorób. Odtworzy poszczególne etapy samobadania np. piersi; | K\_W12 |
| EK\_02 | Wyszuka i zanalizuje oraz zaprezentuje dane epidemiologiczne wybranych chorób cywilizacyjnych. Wskaże ogólnokrajowe jak i regionalne programy profilaktyczne. | K\_U01 |
| EK\_03 | Student ma świadomość posiadanej wiedzy oraz swoich mocnych i słabych stron w tym zakresie. Aktualizuje swoją wiedzę w oparciu o rzetelne źródła. Prezentuje aktywną postawę, doskonaląc własne umiejętności praktyczne. | K\_K02 |
| EK\_04 | Ma świadomość, że zdrowie jednostki, jak i społeczeństwa jest wartością i należy je promować np. poprzez zachęcanie do zdrowego stylu życia, badań profilaktycznych i popularyzowanie całożyciowej aktywności fizycznej; | K\_K04 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Cywilizacja a zdrowie.  Choroby cywilizacyjne – definicje, epidemiologia, rodzaje, czynniki ryzyka, rola profilaktyki. |
| Styl życia współczesnych społeczeństw. Aktywność fizyczna w profilaktyce chorób  przewlekłych. |

1. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Co przynosi i czym zagraża postęp cywilizacyjny? Czynniki sprzyjające rozwojowi chorób przewlekłych niezakaźnych. |
| Charakterystyka CHSN, cukrzycy, nowotworów, stresu, POCHP |
| Otyłość i nadwaga – epidemia XXI w |
| Samobadanie, samokontrola |

3.4 Metody dydaktyczne

Np.:

*Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, metody kształcenia na odległość*

*Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja),gry dydaktyczne, metody kształcenia na odległość*

*Laboratorium: wykonywanie doświadczeń, projektowanie doświadczeń*

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| ek\_ 01 | referat/esej, kolokwium, | w, ćw. |
| Ek\_ 02 | prezentacja, obserwacja w trakcie zajęć | ćw. |
| Ek\_ 03 | obserwacja w trakcie zajęć | ćw. |
| Ek\_ 04 | obserwacja w trakcie zajęć | ćw. |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Wykład – zaliczenie bez oceny - napisanie referatu/esej na zadany temat**.** Zagadnienia z wykładu zostaną ujęte w pytaniach z kolokwium ćwiczeniowego.  Ćwiczenia - ocena z zaliczenia  75% oceny stanowią wyniki kolokwium, 25% ocena aktywności na zajęciach (przygotowanie i przedstawienie wybranych zagadnień, czynny udział w zajęciach poprzez wykonywanie bieżących zadań, udział w dyskusji). Planowane jest jedno kolokwium.  Punkty uzyskane za kolokwium są przeliczane na procenty, którym odpowiadają oceny:  51-60% max. pkt.- dst (3,0)  61-70% max. pkt.- dst plus (3,5)  71-80% max. pkt.- db (4,0)  81-90% max. pkt.- db plus(4,5)  91-100% max. pkt.- bdb (5,0) |

**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 godz. |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 10 godz. (udział w konsultacjach) |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 20 godz. (przygotowanie do zajęć – 5 godz.  przygotowanie do kolokwium – 10 godz.  napisanie referatu – 5 godz.) |
| SUMA GODZIN | 50 godz. |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 2 |

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy | ---- |
| zasady i formy odbywania praktyk | ---- |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   * Kowalczuk K., Krajewska- Kułak E., Cybulski M., Wybrane choroby cywilizacyjne XXI wieku, Tom III, Białystok 2017 * Bąk-Romaniszyn L. (red.) Choroby społeczne i cywilizacyjne – wybrane zagadnienia, Łódź 2013. * Roik J.: Choroby cywilizacyjne.2008 * Fijałkowska A.,Oblacińska A., Stalmach M. (red.) Nadwaga i otyłość u polskich 8-latków w świetle uwarunkowań biologicznych, behawioralnych i społecznych: Raport z międzynarodowych badań WHO Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI). Warszawa: Instytut Matki i Dziecka, 2017 <http://imid.med.pl/pl/do-pobrania> * Ministerstwo Zdrowia <https://www.gov.pl/web/zdrowie> * Polska Unia Onkologii <http://www.puo.pl/program-walki-z-rakiem/narodowy-program-zwalczania-chorob-nowotworowych/epidemiologia> * Narodowy Fundusz Zdrowia – raporty <https://zdrowedane.nfz.gov.pl/local/nfz/reports.php> * Narodowy Fundusz Zdrowia – programy profilaktyczne <https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/programy-profilaktyczne/> |
| Literatura uzupełniająca:   * Narodowy Program Zdrowia (2016-2020) * Oblacińska A., Weker H., Profilaktyka otyłości u dzieci i młodzieży. Kraków 2008. * <http://naukawpolsce.pap.pl/zdrowie> |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)