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

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *..2020/2021-2022/2023.........*

*(skrajne daty*)

Rok akademicki ....2020/2021............

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Promocja Zdrowia |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Turystyka i rekreacja |
| Poziom studiów | Studia pierwszego stopnia |
| Profil | ogólnoakademicki |
| Forma studiów | niestacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | Rok I/semestr 2 |
| Rodzaj przedmiotu | Dodatkowy do wyboru |
| 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** |
| 2 | 20 | 10 |  |  |  |  |  |  | 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 w  I semestrze na przedmiocie fizjologia i anatomia człowieka oraz ekologia i ochrona środowiska, jak również wiadomości z zakresu biologii i higieny człowieka na poziomie szkoły średniej. |

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

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Zaznajomienie studentów z pojęciem zdrowie, czynnikami warunkującymi zdrowie i rozwój człowieka, rolą profilaktyki i edukacji zdrowotnej w codziennym życiu człowieka. |
| C2 | Zaznajomienie studentów z rozwojem idei promocji zdrowia, kierunkami jej działania i możliwością realizacji założeń zdrowotnych w praktyce |
| C3 | Zachęcenie do prowadzenia zdrowego stylu życia |
| C4 | Kształcenie umiejętności wykorzystywania posiadanej wiedzy w codziennym życiu. |

**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 | Student objaśni zasady zdrowego stylu życia. Opisze idee promocji zdrowia. Wymieni czynniki warunkujące zdrowie, przykładowe programy profilaktyczne i kampanie społeczne.  Poda definicję zdrowia (wg WHO) i wyjaśni jego wymiary. Rozróżni zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne. Zilustruje aktualną piramidę zdrowego żywienia. Wymieni rekomendacje WHO w zakresie wymiaru prozdrowotnej aktywności fizycznej dla dzieci i młodzieży oraz dorosłych. Opisze główne problemy zdrowotne współczesnych społeczeństw i wymieni czynniki ryzyka. | K\_W03 |
| EK\_02 | Wyszuka informacje z zakresu zdrowia w rzetelnych źródłach i zaprezentuje je na forum grupy korzystając nowoczesnych technologii | K\_U02 |
| EK\_03 | Ma świadomość, że zdrowie jednostki, jak i społeczeństwa jest wartością i należy je promować. | K\_K02 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Podstawowe pojęcia z zakresu edukacji i promocji zdrowia. Wielowymiarowe pojęcie zdrowia, koncepcje zdrowia. Rozwój idei promocji zdrowia, Główne kierunki działania w promocji zdrowia |
| Styl życia i zachowania zdrowotne. Dekalog zdrowego stylu życia. |
| Narodowy Program Zdrowia. Główne kierunki działań w profilaktyce.  Przykładowe programy profilaktyczne. |

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Główne problemy zdrowotne współczesnych społeczeństw. Stan zdrowia populacji polskiej na tle innych krajów. |
| Siedliskowe podejście do zdrowia w promocji zdrowia. |
| Turystyka zdrowotna – jej istota i znaczenie w utrzymaniu potencjału zdrowia |
| Aktywność ruchowa i jej związek ze zdrowiem. Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia. |
| Kampanie społeczne jako narzędzie modelowania zachowań zdrowotnych społeczeństwa. Główne kierunki działań w zakresie profilaktyki. |

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 | kolokwium, praca pisemna | ćw., w |
| Ek\_ 02 | obserwacja w trakcie zajęć | ćw. |
| Ek\_ 03 | obserwacja w trakcie zajęć | ćw. |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Wykład – zaliczenie bez oceny - napisanie pracy pisemnej (esej/referat) na zadany temat;  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 | 30 godz. |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 2 godz. (udział w konsultacjach) |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 18 godz. (przygotowanie do zajęć – 5 godz.  przygotowanie do kolokwium – 8 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:   1. Boruszczak M. (red.), Turystyka zdrowotna i uzdrowiskowa, Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku, Gdańsk 2011 2. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne, metodyka i praktyka. PWN Warszawa 2017 3. Zadarko-Domaradzka M. Edukacja zdrowotna – wybrane aspekty. Wyd. UR Rzeszów 2020. 4. Karski J. B., Promocja zdrowia dziś i perspektywy jej rozwoju w Europie CeDeWu Warszawa 2009 5. Andruszkiewicz A., Banaszkiewicz M.: Promocja zdrowia. Tom 1. Teoretyczne podstawy promocji zdrowia, Wyd. Czelej, Lublin 2008. 6. Gaworecki W.W., Mroczyński Z. /red./ Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia, WSTiH, Gdańsk 2008 7. Narodowy Program Zdrowia 2016-2020 8. Źródła internetowe:   https://www.who.int/activities/promoting-health-and-well-being, www.studentfit.eu; www.imp.lodz.pl; www.szmp.pl; www.ore.edu.pl; www.promocjazdrowiawpracy.pl www.mz.gov.pl; www.gis.gov.pl; www.parpa.pl |
| Literatura uzupełniająca:   1. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna -podręcznik akademicki PWN Warszawa 2007 2. Zadarko-Domaradzka M., Zadarko E., Health related applications for mobile devices in public health education, Edukacja-Technika-Informatyka 2016, 4 (18), 291-296, 3. Zadarko-Domaradzka M., Zadarko E., New media as a tool for health education and behaviour modelling in modern society, Edukacja-Technika-Informatyka 2017, 1 (19), 266-272, |

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)