*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 | Kinezyterapia z biomechaniką |
| 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 | II stopnia |
| Profil | ogólnoakademicki |
| Forma studiów | stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | 2 sem. III |
| Rodzaj przedmiotu | modułowy/ Turystyka Zdrowotna |
| Język wykładowy | polski |
| Koordynator | dr Gabriel Szajna |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Gabriel Szajna |

\* *-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** |
| III | 20 | 10 |  |  |  |  |  |  | 4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1.2. Sposób realizacji zajęć

x zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku)

Ćwiczenia- zaliczenie z oceną, wykład -egzamin

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| wiedza z przedmiotu: Anatomia i fizjologia człowieka |

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

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Poszerzenie wiedzy studentów z zakresu biomechaniki narządu ruchu oraz funkcji kręgosłupa i ruchomości stawów człowieka |
| C2 | Zapoznanie studentów z zasadami i metodyką ćwiczeń leczniczych. |
| C3 | Doskonalenie umiejętności wykonywania ćwiczeń leczniczych i stosowania wybranych metod kinezyterapii |
| C4 | Przygotowanie studentów do wykonywania ćwiczeń w kinezyterapii stosowanych w profilaktyce osób zajmujących się rekreacją |

**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:  zna i rozumie w pogłębionym stopniu teorię oraz aktualne kierunki rozwoju dyscyplin naukowych właściwych dla turystyki i rekreacji i kinezyterapii i biomechaniki | K­\_W01 |
| EK\_02 | Student : potrafi wykorzystać umiejętność napisania pracy badawczej w zakresie dotyczącym problemów Turystyki i Rekreacji i kinezyterapii | K\_U13 |
| EK\_03 | Student:  Posiada pogłębioną wiedzę i umiejętność w zakresie prawidłowej identyfikacji w zakresie kinezyterapii oraz rozstrzygania dylematów związanych z wykonywaniem zawodu | K\_K03 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Miejsce kinezyterapii i biomechaniki w procesie rehabilitacji |
| Dźwignie w biomechanice i łańcuchy kinematyczne |
| Struktura budowy układu kostno-stawowego i mięśniowego |
| Podstawy kinezyterapii – zasady, formy, metody i środki |
| Systematyka ćwiczeń w kinezyterapii |
| Ocena budowy i ruchomości stawów, testy i pomiary w kinezyterapii |
| Biomechaniczna stabilizacja, równowaga i lokomocja człowieka |
| Postępowanie terapeutyczne w chorobach narządu ruchu |
| Wybrane metody kinezyterapii, reedukacja nerwowo-mięśniowa |
| Podstawy stosowania kinezyterapii - wskazania i przeciwwskazania do wykonywania ćwiczeń leczniczych |

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Badanie dla potrzeb kinezyterapii – wywiad, pomiary, testy oceny funkcjonalnej, ocena stopy |
| Ocena siły mięśni, testy dla kończyn górnych i dolnych oraz tułowia |
| Techniki i zasady wykonywania ćwiczeń w kinezyterapii, profilaktyka w rekreacji – test FMS |
| Goniometria zasady pomiaru i zapisu zakresu ruchów w stawach człowieka |
| Metoda PNF - wzorce ruchowe łopatki, miednicy, kończyn górnych i dolnych, ćwiczenia na materacu |

3.4 Metody dydaktyczne

Wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną,

Ćwiczenia praktyczne, praca w grupach, metoda projektów

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia się | Forma zajęć dydaktycznych |
| ek\_ 01 | Egzamin | wykład |
| ek\_ 02 | kolokwium | ćw. |
| ek\_ 03 | Obserwacja w trakcie ćwiczeń | ćw. |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Warunkiem zaliczenia jest aktywna obecność na zajęciach  Zaliczenie ćwiczeń średnia z:  ocena z kolokwium, ocena aktywności na ćwiczeniach, ocena ze sprawozdania z ćwiczeń,  Punkty z kolokwium są przeliczane na procenty, którym odpowiadają oceny:  uzyskanie do 50% ocena niedostateczny, minimum 51% -60% na ocenę dostateczny, 61% - 70% na ocenę plus dostateczny, 71% -80% na ocenę dobry, 81% -90 % na ocenę plus dobry, uzyskanie od 91% 100% na ocenę bardzo dobry  warunkiem dopuszczenia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń  Wykład : Egzamin pisemny  Test jednokrotnego wyboru- uzyskanie minimum 51% z egzaminu na ocenę dostateczny, powyżej 61% na ocenę plus dostateczny, powyżej 71% na ocenę dobry, powyżej 81% na ocenę plus dobry, uzyskanie powyżej 91% na ocenę bardzo dobry |

**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) | 8 godz. udział w konsultacjach  2 godz. udział w egzaminie |
| Godziny nie kontaktowe – praca własna studenta  (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 20 godz. przygotowanie do zajęć  20 godz. przygotowanie do kolokwium  20 godz. przygotowanie do egzaminu |
| SUMA GODZIN | 100 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 4 |

*\* 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:  Dega W., Milanowska K.; Rehabilitacja medyczna pod red. W. Marciniaka, A. Szulca. PZWL,2004.  Milanowska K.; Kinezyterapia, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2006.  Zembaty A.: Kinezyterapia, Wydawnictwo „Kasper” Kraków 2002.  Bober T., Zawadzki J.; Biomechanika układu ruchu człowieka, Wydawnictwo BK, Wrocław 2003.  Kwolek A.: Rehabilitacja medyczna, Urban & Partner, Wrocław, 2003. |
| Literatura uzupełniająca:  Błaszczyk J. W. Biomechanika kliniczna, PZWL Warszawa, 2004.  Zagrobelny Z., Woźniewski, M. Biomechanika kliniczna, AWF Wrocław 2008.  Tejszerska D.[red.] Biomechanika narządu ruchu człowieka, Instytut Technologii Eksploatacji Radom 2011.  Rosławski A.,Skolimowski T. Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych, PZWL Warszawa 1979. |

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)