

KARTA MODUŁU 2024/2025

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Fizjoterapia						
Poziom studiów:	magisterskie						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne						
Nazwa modułu:	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia						
Rodzaj modułu:	Podstawy fizjoterapii						
Język wykładowy:	Język polski*						
Rok studiów:	1	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:					
Semestr:	1	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
Liczba punktów ECTS ogółem:	2	15	-	20	-	-	-
Forma zaliczenia:	Zaliczenie na ocenę						
Wymagania wstępne:	Student posiada podstawowe wiadomości z zakresu nauki o człowieku						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
Cele kształcenia:							
<p>Cel 1: Poznanie problematyki zdrowia oraz działań fizjoprofilaktycznych skierowanych do osób zdrowych, jak i z różnymi stanami dysfunkcji.</p> <p>Cel 2: Poznanie działań profilaktycznych z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH							
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:						Odniesienie do efektów kierunkowych
wiedzy:							
1	zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką						C.W17.
umiejętności:							
1	potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej						C.U17.
kompetencji społecznych:							
1	jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty						K3.
2	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.						K5.
3	jest gotów do korzystania z obiektywnych źródeł informacji.						K6.
4	jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.						K9.
IV. TREŚCI PROGRAMOWE							

Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)		
Wykład		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Wykład 1	Biomedyczny model zdrowia. Profilaktyka, fizjoprofilaktyka i choroby cywilizacyjne charakterystyka pojęć. Holistyczna definicja zdrowia. Determinanty zdrowia	2
Wykład 2	Populacje i plemiona długowieczne. Filary długowieczności	2
Wykład 3	Kształtowanie postaw prozdrowotnych w różnych okresach rozwoju człowieka. Epigenetyczny model zdrowia	2
Wykład 4	Aktywność fizyczna w promocji zdrowia	1
Wykład 5	Pełnowartościowe pożywienie – odżywianie dla zdrowia. Zachowania zdrowotne związane z odżywianiem	1
Wykład 6	Dietetyczne terapie naturalne. Rola suplementów diety w terapiach leczniczych	1
Wykład 7	Fitoterapia w promocji zdrowia. Farmakodynamika ważniejszych substancji roślinnych.	3
Wykład 8	Tradycje wschodnie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych	2
Wykład 9	Czynniki środowiskowe w chorobach cywilizacyjnych. Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach.	1
Ćwiczenia		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenie 1	Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	2
Ćwiczenie 2	Żywnościowe zagrożenia zdrowotne w różnych okresach ontogenezy.	4
Ćwiczenie 3	Czynniki ryzyka chorób narządu ruchu i działania fizjoprofilaktyczne.	4
Ćwiczenie 4	Czynniki ryzyka chorób nowotworowych i działania fizjoprofilaktyczne .	2
Ćwiczenie 5	Czynniki ryzyka chorób układu krążenia i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych	2
Ćwiczenie 6	i fitoterapeutycznych.	2
Ćwiczenie 7	Czynniki ryzyka chorób autoimmunologicznych i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych	2
Ćwiczenie 8	i fitoterapeutycznych z uwzględnieniem terapii dietetycznych	2
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE		
<p>1. Metody kształcenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wykład • Dyskusja • Zajęcia praktyczne w grupach <p>2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Projektor/tablica multimedialna • Sprzęt do praktycznej nauki zawodu 		
VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU		

1. Formy zaliczenia:

- zaliczenie z oceną

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

- Test
- Prezentacja – projekt studencki
- Obserwacja zachowań
- Aktywność podczas zajęć

3. Podstawowe kryteria oceny:

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii. Uczęszcza na zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje pozytywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonane zadania są nieprawidłowe, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad etycznych w fizjoterapii. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

Ocena podsumowująca***:

Średnia arytmetyczna ocen formujących.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	
Udział w wykładach	15
Udział w innych formach zajęć (ćwiczenia)	20
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	
Przygotowanie do wykładu	5
Przygotowanie do innych form zajęć	-
Przygotowanie do egzaminu	-
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć (ćwiczenia)	5
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	5
Łączna liczba godzin	50
Punkty ECTS za moduł	2

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Karski J. B. Teoria i praktyka promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia, Warszawa 2003.
2. Murawska - Ciałowicz E. Zatoń M. Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia, Wrocław 2005.
3. Różański Henryk. Medycyna dawna i współczesna. <http://rozanski.li/>
4. Pitchford Paul. Odżywianie dla zdrowia. Galaktyka 2010.

5. Wawer Iwona. Suplementy diety dla Ciebie. Wektor 2015.

Literatura uzupełniająca:

1. Klimuszko Czesław, Andrzej. Wróćmy do ziół leczniczych. Warszawa : Oficyna Wydawnicza Rytm, 2007.
2. Żurawska Katarzyna. Ziołolecznictwo Amazońskie i Andyjskie. Tower Press. Gdańsk 2001.
3. Wawer Iwona, Błęcha Krzysztof. Profilaktyka zdrowotna i Fitoterapia. Bonimed, Żywiec 2011.