

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:	Kinezyterapia							
Rodzaj modułu:	Podstawy fizjoterapii							
Język wykładowy:	Język polski*							
Rok studiów:	2	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:						
Semestr:	3	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe	Inne
Liczba punktów ECTS ogółem:	3	15	-	-	-	40	-	-
Forma zaliczenia:	Zaliczenie na ocenę							
Wymagania wstępne:	Znajomość podstaw anatomii człowieka							
II. CELE KSZTAŁCENIA								
Cele kształcenia:								
Cel 1: Opanowanie praktycznych umiejętności wykonywania zabiegów kinezyterapeutycznych w procesie profilaktyki, leczenia i rehabilitacji.								
Cel 2: Opanowanie wiedzy na temat metod kinezyterapeutycznych stosowanych w procesie profilaktyki, leczenia i rehabilitacji.								
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 zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta							C.W5.
2	zna i rozumie teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych							C.W6.
3	zna i rozumie teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii							C.W7.
4	zna i rozumie wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii							C.W8.
umiejętności:								
1	potrafi dobierać i prowadzić kinezyterapię ukierunkowaną na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami, przeprowadzić zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzić reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych							C.U3.
2	potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń							C.U7.
3	potrafi zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii							C.U8.
4	potrafi obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii, fizykoterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii							C.U9.
kompetencji społecznych:								
1	jest gotów do nawiązania i utrzymania pełnego szacunku kontaktu z pacjentem, a także okazywania zrozumienia dla różnic światopoglądowych i kulturowych							K1.
2	jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych							K3.

	z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	
3	jest gotów do wdrażania zasad koleżeństwa zawodowego i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym	K7.
IV. TREŚCI PROGRAMOWE		
Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)		
Wykłady		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S/N
Wykład 1	Systematyka ćwiczeń leczniczych: 1. Ogólne zasady doboru i wykonania ćwiczeń leczniczych. 2. Dawkowanie ćwiczeń. 3. Zasady planowania ćwiczeń. 4. Ogólne wskazania i przeciwwskazania do wykonania ćwiczeń leczniczych. 5. Systematyka ćwiczeń leczniczych (kryteria podziału). 6. Podstawowe cele i zadania poszczególnych grup ćwiczeń.	2
Wykład 2	Zabiegi kinezyterapeutyczne bierne i czynno- bierne: 1. Definicja oraz cel ćwiczeń biernych i czynno-biernych. 2. Technika i metodyka wykonywania ćwiczeń biernych i czynno-biernych. 3. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania ćwiczeń biernych i czynno-biernych.	2
Wykład 3-4	Zabiegi kinezyterapeutyczne w zaburzeniach ruchomości w stawach – redresje: 1. Definicja oraz cel ćwiczeń redresyjnych. 2. Zasady wykonania redresji. 3. Wskazania, przeciwwskazania do redresji. 4. Definicja oraz cel ćwiczeń samowspomaganych – autoregresji. 5. Zasady wykonania ćwiczeń samowspomaganych. 6. Wskazania, przeciwwskazania do ćwiczeń samowspomaganych. Wyciągi redresyjne oraz obarczające: 1. Definicja, podział oraz cele wyciągów w kinezyterapii. 2. Technika i metodyka wykonywania wyciągów i ich zastosowanie w praktyce klinicznej. 3. Wskazania, przeciwwskazania do wyciągów.	4
Wykład 5	Poizometryczna relaksacja mięśni. 1. Definicja oraz cel poizometrycznej relaksacji mięśni. 2. Technika i metodyka poizometrycznej relaksacji mięśni. 3. Wskazania, przeciwwskazania do poizometrycznej relaksacji mięśni.	2
Wykład 6	Zabiegi kinezyterapeutyczne w odciążeniu stosowane w zaburzeniach siły mięśni: 1. Definicja, cel i rodzaje ćwiczeń w odciążeniu oraz ćwiczeń w odciążeniu z dawkowanym oporem. 2. Rodzaje sprzętu stosowanego w ćwiczeniach w odciążeniu oraz ćwiczeń w odciążeniu z dawkowanym oporem. 3. Technika i metodyka wykonywania ćwiczeń czynnych w odciążeniu oraz ćwiczeń w odciążeniu z dawkowanym oporem. 4. Wskazania, przeciwwskazania do ćwiczeń w odciążeniu oraz ćwiczeń w odciążeniu z dawkowanym oporem.	3
Wykład 7	Zabiegi kinezyterapeutyczne czynne stosowane w zaburzeniach siły mięśni: 1. Definicja, cel i rodzaje ćwiczeń czynnych-wolnych i ćwiczeń czynnych z oporem. 2. Technika i metodyka wykonania ćwiczeń czynnych i ćwiczeń czynnych z oporem. 3. Wskazania, przeciwwskazania do ćwiczeń czynnych i ćwiczeń czynnych z oporem. 4. Metody kształtowania siły i wytrzymałości mięśniowej. Rodzaje stosowanego sprzętu.	2
Zajęcia praktyczne		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S/N
Zajęcia praktyczne 1	Powtórzenie najważniejszych informacji z poprzedniego semestru na temat badania funkcjonalnego stawów i mięśni.	2
Zajęcia praktyczne 2	Ćwiczenia bierne, bierno-czynne – cel ćwiczeń, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń.	4
Zajęcia praktyczne 3	Ćwiczenia redresyjne (redresje, rozciągania) - stawy kończyny górnej i dolnej. Autoregresje. Technika i metodyka prowadzenia ćwiczeń redresyjnych. Technika i metodyka wykonywania wyciągów redresyjnych stawów kończyny dolnej. Zasady prowadzenia ćwiczeń autoregresyjnych.	4

Zajęcia praktyczne 4	Ćwiczenia wspomagane, samowspomagane, wyciągi – cel ćwiczeń, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń. Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.	4
Zajęcia praktyczne 5	Poizometryczna relaksacja mięśni - cel ćwiczeń, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń. Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.	6
Zajęcia praktyczne 6	Ćwiczenia czynne w odciążeniu - cel, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń.	6
Zajęcia praktyczne 7	Ćwiczenia czynne w odciążeniu z dawkowanym oporem-cel, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń.	4
Zajęcia praktyczne 8	Ćwiczenia czynne wolne - cel ćwiczeń, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń. Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.	4
Zajęcia praktyczne 9	Ćwiczenia czynne oporowe - cel ćwiczeń, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Ćwiczenia oporowe wg De Lorme'a i Watkina, McQueenena oraz Hetttingera i Müllera. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń	2
Zajęcia praktyczne 10	Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.	4

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:

- Wykład informacyjny
- Wykład konwersatoryjny
- Dyskusja.
- Ćwiczenia praktyczne.
- Pokaz, praca ze współwiczającym.
- Studium przypadku

2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna
- Tablica
- Sprzęt do praktycznej nauki zawodu

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. Formy zaliczenia:

- Zaliczenie na ocenę

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

- kolokwium
- aktywność podczas zajęć
- sprawdzian praktyczny
- obserwacja zachowań

3. Podstawowe kryteria

- test wiedzy:

- 91% - 100% - ocena bardzo dobra
- 81% - 90% - ocena dobra plus
- 71% - 80% - ocena dobra
- 61% - 70% - ocena dostateczna plus
- 51% - 60% - ocena dostateczna
- 50% i poniżej - ocena niedostateczna

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w Fizjoterapii, w Kinezyterapii. 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 Kinezyterapii. 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 Kinezyterapii. 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 Kinezyterapii. 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 Kinezyterapii. 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.

- aktywność studenta, obserwacja i ocena postaw studenta wynikających z:

- częstości uczestnictwa,
- aktywności i stopnia zaangażowania w zajęciach,
- współpracy w grupie oraz przejawianych kompetencji społecznych.

Kryteria oceny podsumowującej*:**

Zajęcia praktyczne:

Średnia arytmetyczna ocen formujących.

Wykład:

Średnia arytmetyczna ocen formujących – kolokwium lub test wiedzy. Ocena końcowa według podanych na wykładzie zasad i kryteriów zaliczenia.

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 (zajęcia praktyczne)	40
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	
Przygotowanie do wykładu	-
Przygotowanie do innych form zajęć (zajęcia praktyczne)	10
Przygotowanie do egzaminu	-
Przygotowanie do zaliczenia innych form zajęć (zajęcia praktyczne)	10
Łączna liczba godzin	75
Punkty ECTS za moduł	3

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Rosławski, A., Skolimowski, T. (2015). Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych. PZWL, Warszawa.
2. Zembaty, A. (2002/2003). Kinezyterapia. Tom 1 i Tom 2. Wydawnictwo Kasper, Kraków.
3. Dumas, I. (2013). Metodyka i technika ćwiczeń leczniczych w kinezyterapii: podręcznik dla studentów fizjoterapii. Wrocław: MedPharm Polska.

Literatura uzupełniająca:

1. Rakowski, A. (2022). Kręgosłup w stresie. Centrum Terapii Manualnej.
2. Lewit, K. (2001). Terapia manualna w rehabilitacji chorób narządu ruchu. ZL Natura.
3. Milanowska, K. (2008). Kinezyterapia. PZWL, Warszawa.
4. Fiodorenko-Dumas, Żanna i in. (2010). Kinezyterapia w praktyce fizjoterapeuty. Górnicki Wydawnictwo Medyczne.