

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:	4	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe	Inne
Liczba punktów ECTS ogółem:	2	15	-	-	-	20	-	-
Forma zaliczenia:	Egzamin i 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 z zakresu technik kinezyterapii oraz zasad rehabilitacji z uwzględnieniem różnych metod terapeutycznych.								
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 pojęcia z zakresu rehabilitacji medycznej, fizjoterapii oraz niepełnosprawności							C.W1.
2	zna i rozumie zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta							C.W5.
3	zna i rozumie teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych							C.W6.
4	zna i rozumie teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii							C.W7.
5	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 z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	K3
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	<p>Ćwiczenia oddechowe, rozluźniające oraz izometryczne i synergistyczne w kinezyterapii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Podział ćwiczeń oddechowych. 2. Wpływ położenia ciała na mechanizm oddychania. 3. Sposoby i tory oddychania, dobór pozycji do toru oddychania. 4. Sposoby uzyskiwania rozluźnienia mięśni. 5. Metody treningu relaksacyjnego (metoda Jacobsena, Schultza). 6. Stosowanie relaksacji w profilaktyce i leczeniu. 7. Cel, wskazania i przeciwwskazania do wykonywania ćwiczeń oddechowych i rozluźniających. 8. Technika i metodyka wykonania ćwiczeń oddechowych i rozluźniających. 9. Pojęcie synergii, rodzaje synergizmów. 10. Ćwiczenia ipsilateralne i kontralateralne. 11. Cel, wskazania i przeciwwskazania do wykonywania ćwiczeń izometrycznych i synergistycznych. 12. Technika i metodyka prowadzenia ćwiczeń izometrycznych i synergistycznych. 	2
Wykład 2	<p>Zabiegi kinezyterapeutyczne w zaburzeniach równowagi i koordynacji:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie do zaburzeń równowagi i koordynacji (Definicja i znaczenie równowagi oraz koordynacji w codziennym funkcjonowaniu. Przyczyny zaburzeń równowagi i koordynacji: neurologiczne, ortopedyczne, wiekowe, pourazowe. Klasyfikacja zaburzeń równowagi (statyczna, dynamiczna) oraz koordynacji (centralna, obwodowa)). 2. Cel, wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń w zaburzeniach równowagi i koordynacji. 3. Zasady wykonywania ćwiczeń w zaburzeniach równowagi i koordynacji. 4. Rodzaje ćwiczeń kinezyterapeutycznych w zaburzeniach równowagi i koordynacji. 5. Zastosowanie ćwiczeń Frenkla w kontekście zaburzeń koordynacji. 	2
Wykład 3	<p>Ćwiczenia zespołowe i samoobsługi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie do ćwiczeń zespołowych w fizjoterapii (definicja i znaczenie, cel, wskazania i przeciwwskazania) 2. Ćwiczenia ogólnie usprawniające, kondycyjne, poranne, wyrównawcze, w wodzie (cel, przykłady, metodyka, wskazania i przeciwwskazania) 3. Wartość gier i zabaw ruchowych w fizjoterapii (rola, przykłady, korzyści psychologiczne z gier zespołowych) 4. Ćwiczenia samoobsługi i czynności dnia codziennego (ADL - Activities of Daily Living) (definicja i znaczenie, cel, technika, wykorzystanie sprzętu pomocniczego w treningu samoobsługi) <p>Zabiegi kinezyterapeutyczne przygotowujące do chodu i nauka chodu cz.1:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie do nauki chodu w rehabilitacji (definicja i znaczenie chodu jako kluczowej funkcji motorycznej. Rola nauki chodu w procesie rehabilitacyjnym pacjentów po urazach, operacjach oraz z chorobami neurologicznymi. Cele rehabilitacji związanej z nauką chodu). 2. Przyczyny i rodzaje zaburzeń chodu. 3. Dobór pomocy ortopedycznych w nauce chodu. 4. Metodyka nauki chodu. 	2
Wykład 4	<p>Zabiegi kinezyterapeutyczne przygotowujące do chodu i nauka chodu cz.2:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Podstawowe zasady rehabilitacji chodu 2. Ćwiczenia zaawansowane w nauce chodu. 3. Zastosowanie technologii w rehabilitacji chodu. 	2

	4. Przykłady zastosowania nauki chodu w praktyce klinicznej. Systematyka metod kinezyterapii: 1. Geneza metod kinezyterapii. 2. Kryteria podziału. 3. Metody mechaniczne, neurofizjologiczne i edukacyjne.	
Wykład 5	Charakterystyka metod neurofizjologicznych cz.1: Metody reedukacji nerwowo-mięśniowej (metoda Bobath, metoda Vojty, metoda Domana-Delacato).	2
Wykład 6	Charakterystyka metod neurofizjologicznych cz. 2.: Metody reedukacji nerwowo-mięśniowej stosowane u dzieci (metoda Rood, Metoda Fay, metoda Brunkow, metoda PNF).	2
Wykład 7	Metody mechaniczne i edukacyjne: 1. Metody mechaniczne (metoda Klappa, metoda Niederhoeffera, metoda Majocho, , metoda Lehnert-Schroth, metoda McKenzie) 2. Metody edukacyjne (metoda Petö)	3
Zajęcia praktyczne		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S/N
Zajęcia praktyczne 1	Powtórzenie najważniejszych informacji z poprzednich semestrów – zastosowanie metod oceny funkcjonalnej i czynnościowej oraz dobór środków kinezyterapii miejscowej (np. ćwiczeń biernych, w odciążeniu, samowspomaganych). (Studia przypadków klinicznych: dobór odpowiednich metod oceny i środków terapeutycznych w zależności od stanu pacjenta.)	2
Zajęcia praktyczne 2	Ćwiczenia oddechowe. (Cel, wskazania, przeciwwskazania, nauka oddychania różnymi torami, metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń.) Pozycje drenażowe. (Cel, rodzaje, wskazania, przeciwwskazania, praktyczna nauka pozycji drenażowych.) Ćwiczenia relaksacyjne. (Cel, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania ćwiczeń relaksacyjnych. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń.)	2
Zajęcia praktyczne 3	Gimnastyka poranna. (Cel, wskazania, przeciwwskazania i metodyka wykonania. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń) Ćwiczenia wykorzystujące biologiczne sprzężenie zwrotne. (Omówienie i praktyczne przeprowadzenie.)	2
Zajęcia praktyczne 4	Zespoły posturalne: zespół skrzyżowania górnego i dolnego. (Omówienie i analiza posturalnych związanych z zespołem skrzyżowania górnego i dolnego. Dobór oraz praktyczne wykonanie ćwiczeń rozciągających i wzmacniających.)	2
Zajęcia praktyczne 5	Ćwiczenia ukierunkowane na różne schorzenia. np. bóle kręgosłupa, choroba zwyrodnieniowa stawów, przebyte ogniskowe uszkodzenia mózgu. (Analiza celów, wskazań, przeciwwskazań oraz technik terapeutycznych. Praktyczne przeprowadzenie ćwiczeń dostosowanych do konkretnych przypadków klinicznych.)	4
Zajęcia praktyczne 6	Pionizacja, nauka chodu i transfery pacjenta. (Pionizacja, asekuracja, nauka padania, nauka różnych rodzajów chodu o kulach. Transfery pacjenta.)	4
Zajęcia praktyczne 7	Końcowe zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń – wykonanie zadań praktycznych na ocenę.	4
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE		
1. Metody kształcenia: <ul style="list-style-type: none"> • Wykład informacyjny • Wykład konwersatoryjny • Dyskusja. • Zajęcia praktyczne. • Pokaz, praca ze współćwiczącym. • Studium przypadku. 2. Narzędzia (środki) dydaktyczne: <ul style="list-style-type: none"> • Projektor/tablica multimedialna. • Sprzęt do praktycznej nauki zawodu. 		
VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU		

1. Formy zaliczenia:

- egzamin
- zaliczenie na ocenę

2 Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

- Test abc (egzamin)
- Zaliczenie praktyczne
- Aktywność podczas zajęć.
- 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:

Według podanej na wykładzie punktacji do testu egzaminacyjnego.

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)	20
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	
Przygotowanie do wykładu	-
Przygotowanie do innych form zajęć (zajęcia praktyczne)	5
Przygotowanie do egzaminu	10

Przygotowanie do zaliczenia innych form zajęć (zajęcia praktyczne)	5
Łączna liczba godzin	55
Punkty ECTS za moduł	2

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Rosławski, A., Skolimowski, T. (2015). Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych. PZWL, Warszawa.
2. Zembaty, A. (2003). Kinezyterapia. 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. Milanowska, K. (2008). Kinezyterapia. PZWL, Warszawa.
2. Rosławski, A., Woźniewski, M. (2001). Fizjoterapia oddechowa. Wydawnictwo AWF, Wrocław.
3. Pogorzała A. M., Stryła W. (2015). Ćwiczenia propriocepcji w rehabilitacji. PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa.
4. Kwolek, A. (2017). Rehabilitacja Medyczna. Tom 2. Edra Urban & Partner, Wrocław.
5. Nowotny, J. (2004/2005). Podstawy fizjoterapii. Część II i III. Wydawnictwo KASPER, Kraków.
6. Fiodorenko-Dumas, Żanna i in. (2010). Kinezyterapia w praktyce fizjoterapeuty. Górnicki Wydawnictwo Medyczne.