KARTA MODUŁU

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	Ćwiczenia	-	-	-	-
Liczba punktów ECTS ogółem:	2	15	20	-	-	-	-
Forma zaliczenia:	Zaliczenie z oceną						
Wymagania wstępne:	Student posiada podstawowe wiadomości z zakresu nauki o człowieku						

II. CELE KSZTAŁCENIA
Cele kształcenia:
Cel 1: Poznanie problematyki zdrowia oraz działań fizjoprofilaktycznych skierowanych do osób zdrowych, jak i z różnymi stanami dysfunkcji. **Cel 2:** Poznanie działań profilaktycznych z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.

III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH		
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:	Odniesienie do efektów kierunkowych
wiedzy:		
C.W17.	zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką	K3F_W11
umiejętności:		
C.U17.	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;	K3F_U07
kompetencji społecznych:		
K3F_K03	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;	K3F_K03
K3F_K06	jest gotów do korzystania z obiektywnych źródeł informacji;	K3F_K06
K3F_K09	jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.	K3F_K09

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	Przedstawienie karty modułu. 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	Przedstawienie karty modułu. Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	2
Ćwiczenie 2	Żywieniowe 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 5-6	Czynniki ryzyka chorób układu krążenia i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.	4
Ćwiczenie 7	Czynniki ryzyka chorób autoimmunologicznych i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.	4

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:

- Wykład
- Dyskusja
- Ćwiczenia w grupach

2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna
- Sprzęt do praktycznej nauki zawodu

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. Formy zaliczenia:

- Wykład – zaliczenie z oceną
- Ćwiczenia – zaliczenie z oceną

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

Wykład – test wiedzy:

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

Ćwiczenia:

- ocena realizacji zleconych zadań

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

- aktywność studenta, obserwacja i ocena postaw wynikających z:

- częstości uczestnictwa, aktywności i stopnia zaangażowania w zajęciach
- przejawianej przez studenta otwartości i współpracy w grupie
- przejawianych kompetencji społecznych

Ocena podsumowująca:
średnia arytmetyczna ocen formujących

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określane są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	**35**
Udział w wykładach	15
Udział w ćwiczeniach	20
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	**15**
Przygotowanie do wykładu	5
Przygotowanie do ćwiczeń	5
Przygotowanie do egzaminu	-
Przygotowanie do zaliczenia ćwiczeń	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, Błecha Krzysztof. Profilaktyka zdrowotna i Fitoterapia. Bonimed, Żywiec 2011