

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

Informacje ogólne							
PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Fizjoterapia						
Profil studiów:	Praktyczny						
Forma studiów:	Stacjonarne						
Nazwa modułu:	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia						
Kod modułu kształcenia:	MK_MF044						
Rodzaj modułu kształcenia:	Obowiązkowy						
Rok studiów	1	Forma zajęć i liczba godzin:					
Semestr	2	Wykłady	Ćwiczenia	Laboratoria	Seminaria	Zajęcia praktyczne	Praktyka zawodowa
Liczba punktów ECTS:	2	20	20				
Forma zaliczenia	Zaliczenie na ocenę						

Autorzy programu:

dr Grażyna Sondel

Cele kształcenia:

Cel1: Zapoznanie studenta z problematyką zdrowia oraz działaniami fizjoprofilaktycznymi skierowanymi do osób zdrowych, jak i z różnymi stanami dysfunkcji.

Cel2: Przygotowanie studenta do działań profilaktycznych z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.

Efekty kształcenia:

Wiedza:

EK1: Student zna pojęcia związane ze zdrowiem, promocją zdrowia i profilaktyką. Wie, jakie są aspekty fizjoprofilaktyki pierwotnej i wtórnej w zapobieganiu powstawania schorzeń cywilizacyjnych.

EK2: Student zna determinanty w zakresie promocji zdrowia oraz główne czynniki ryzyka schorzeń cywilizacyjnych.

EK3: Student wie, jak zapobiegać powstawaniu i rozwojowi chorób cywilizacyjnych wykorzystując działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.

EK4: Student zna holistyczne sposoby wspomagania procesu leczenia z uwzględnieniem terapii naturalnych.

Umiejętności:

EK5: Potrafi ocenić zagrożenia wystąpienia chorób cywilizacyjnych w różnych grupach wiekowych i dysfunkcyjnych.

EK6: Potrafi przygotować, przeprowadzić i ocenić działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.

EK7: Potrafi pomóc w dokonywaniu świadomych wyborów w zakresie stylu życia i podstawowych zachowań zdrowotnych.

Kompetencje społeczne:

EK8: Demonstruje postawę promującą zdrowie oraz podejmuje aktywność fizyczną.

Jest świadomy, że jakość jego pracy koreluje z jego stylem życia.

EK9: Posiada motywację do podejmowania działań według standardów europejskich.

Wymagania wstępne:

Posiada podstawową znajomość z zakresu nauk o człowieku.

Treści kształcenia:

Wykłady:

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin
W1	Biomedyczny model zdrowia. Profilaktyka, fizjoprofilaktyka i choroby cywilizacyjne charakterystyka pojęć. Holistyczna definicja zdrowia. Determinanty zdrowia	2
W2	Populacje i plemiona długowieczne. Filary długowieczności	2
W3	Kształtowanie postaw prozdrowotnych w różnych okresach rozwoju człowieka. Epigenetyczny model zdrowia	2
W4	Aktywność fizyczna w promocji zdrowia	2
W5	Pełnowartościowe pożywienie – odżywianie dla zdrowia. Zachowania zdrowotne związane z odżywianiem	2
W6	Dietetyczne terapie naturalne. Rola suplementów diety w terapiach leczniczych	2
W7	Fitoterapia w promocji zdrowia. Farmakodynamika ważniejszych substancji roślinnych.	4
W8	Tradycje wschodnie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych	2
W9	Czynniki środowiskowe w chorobach cywilizacyjnych. Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach.	2

Ćwiczenia:

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin
C1	Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	2
C2	Żywnościowe zagrożenia zdrowotne w różnych okresach ontogenezy.	4
C3	Czynniki ryzyka chorób narządu ruchu i działania fizjoprofilaktyczne.	4
C4	Czynniki ryzyka chorób nowotworowych i działania fizjoprofilaktyczne.	2
C5	Czynniki ryzyka chorób układu krążenia i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.	2
C6	Czynniki ryzyka chorób autoimmunologicznych i działania fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.	2
C7	Czynniki ryzyka chorób neurodegeneracyjnych i działania	2

	fizjoprofilaktyczne z uwzględnieniem terapii dietetycznych i fitoterapeutycznych.	
C8	Wykorzystanie aromaterapii i gemmoterapii w fizjoprofilaktyce.	2

Metody kształcenia:

1. Wykład.
2. Praca w grupach.

Całkowity nakład pracy studenta:

Godziny kontaktowe (wykład, ćwiczenia, laboratorium, seminarium, projekt, konsultacje, obecność na egzaminie itd.)	40
Przygotowanie się do zajęć, w tym czytanie wskazanej literatury	5
Przygotowanie się do kolokwium	5
Przygotowanie się do egzaminu	0
Inne	0
Razem	50
Liczba punktów ECTS dla modułu kształcenia	2
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć praktycznych, laboratoryjnych, projektowych i praktyk zawodowych	1

Weryfikacja osiągnięcia efektów kształcenia

Z zakresu wiedzy	Efekty kształcenia do przedmiotu
Oceny : 51-60% prawidłowych odpowiedzi – 3,0 61-70% prawidłowych odpowiedzi – 3,5 71-80% prawidłowych odpowiedzi – 4,0 81-90% prawidłowych odpowiedzi – 4,5 91-100% prawidłowych odpowiedzi – 5,0	EK1, EK2, EK3, EK4
Z zakresu umiejętności	Efekty kształcenia do przedmiotu
Sprawdzian umiejętności i wiedzy: • zaliczenie praktyczne (obserwacja wykonawstwa), • realizacja zleconego zadania, Kryteria ocen z zakresu umiejętności i wiedzy ocenianych przez prowadzącego: 5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, propaguje zdrowy styl życia i prowadzi fizjoprofilaktykę w zakresie promocji zdrowia. 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, propaguje zdrowy styl życia i prowadzi fizjoprofilaktykę w zakresie promocji zdrowia. 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, propaguje zdrowy styl życia i prowadzi fizjoprofilaktykę w zakresie promocji zdrowia. Uczęszcza	EK5, EK6, EK7

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, propaguje zdrowy styl życia i prowadzi fizjoprofilaktykę w zakresie promocji zdrowia. 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, słabo propaguje zdrowy styl życia. Uczęszcza na wybrane zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, prowadzi antyzdrowotny styl życia i nie dba o swoją edukację w zakresie promocji zdrowia. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.	
Z zakresu kompetencji społecznych	Efekty kształcenia do przedmiotu
Kryteria ocen z zakresu kompetencji społecznych ocenianych przez prowadzącego, kolegów i pacjentów w formie przedłużonej obserwacji postaw i zachowań: 5,0 – Jest świadomy, że jakość jego pracy koreluje z jego stylem życia. Demonstruje postawę promującą zdrowie. Posiada motywację do podejmowania działań według standardów europejskich 4,5 – Jest świadomy, że jakość jego pracy koreluje z jego stylem życia. Demonstruje postawę promującą zdrowie. Posiada motywację do podejmowania działań według standardów europejskich 4,0 - Prawie zawsze demonstruje postawę promującą zdrowie. Posiada motywację do podejmowania działań według standardów europejskich 3,5 – W większości przypadków demonstruje postawę promującą zdrowie. Posiada motywację do podejmowania działań według standardów europejskich 3,0 – Słabo i sporadycznie demonstruje postawę promującą zdrowie. 2,0 – Demonstruje zachowania antyzdrowotne. Nie okazuje zrozumienia dla działań promujących zdrowie.	EK8, EK9

Kryterium oceny efektów zajęć praktycznych:

Ustalenie oceny końcowej z ćwiczeń odbędzie się na podstawie ocen cząstkowych otrzymanych przez studenta w czasie trwania zajęć i obecności na zajęciach. W przypadku nieobecności obowiązkowe jest odrobienie zajęć z inną grupą zgodnie z zasadami zaliczania przedmiotu. Ocena końcowa z ćwiczeń obliczana jest według wzoru 75% oceny umiejętności + 25% oceny kompetencji społecznych.

Metody weryfikacji efektów kształcenia przedmiotu:

Ocena formująca:

- test
- prezentacja – projekt studencki

- aktywność podczas zajęć
- obserwacja zachowań

Ocena podsumowująca:

Średnia ważona ocen formujących

Tabela odniesień dla modułu kształcenia

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cel kształcenia	Treści programowe	Metody kształcenia	Metody weryfikacji efektów kształcenia
EK1	K_W29	Cel 1	W1, W2, W3, W4; C1 – C7	Wykład	Test
EK2	K_W29	Cel 1	W1, W2, W3, W4; C1 – C7	Wykład Praca w grupach Prezentacja	Test
EK3	K_W29	Cel 1, Cel 2	W5, W6, W7, W8, W9; C1- C7	Wykład Praca w grupach Prezentacja	Test
EK4	K_W29	Cel 1, Cel 2	W5, W6, W7, W8, W9; C1- C8	Wykład Praca w grupach Prezentacja	Test
EK5	K_U25	Cel1	C1 – C7	Praca w grupach Prezentacja	Prezentacja - projekt studencki Aktywność na zajęciach
EK6	K_U26	Cel 1, Cel 2	C1- C8	Praca w grupach Prezentacja	Prezentacja - projekt studencki Aktywność na zajęciach
EK7	K_U32	Cel 1, Cel 2	C1 – C7	Praca w grupach Prezentacja	Prezentacja - projekt studencki Aktywność na zajęciach
EK8	K_K11	Cel2	W1-W9; C1_C8	Praca w grupach	Obserwacja zachowań Aktywność na zajęciach
EK9	K_K12	Cel2	W1-W9; C1_C8	Praca w grupach	Obserwacja zachowań Aktywność na zajęciach

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. Karski J. B. (red.) Promocja zdrowia, Warszawa 1999.
4. Zdrowie Publiczne, wybrane zagadnienia, red. Indulski J. A., Jethon Z., Dawydzik L., T., Łódź, 2000
5. Różański Henryk. Medycyna dawna i współczesna. <http://rozanski.li/>
6. Pitchford Paul. Odżywianie dla zdrowia. Galaktyka 2010.
7. 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.