

## KARTA MODUŁU 2021/2022

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
<b>PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ</b>							
<b>Kierunek studiów:</b>	Fizjoterapia						
<b>Poziom studiów:</b>	Studia jednolite magisterskie						
<b>Profil studiów:</b>	praktyczny						
<b>Forma studiów:</b>	stacjonarne						
<b>Nazwa modułu:</b>	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia						
<b>Rodzaj modułu:</b>	Obowiązkowy						
<b>Język wykładowy:</b>	Język polski*						
<b>Rok studiów:</b>	1	<b>Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:</b>					
<b>Semestr:</b>	2	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
<b>Liczba punktów ECTS ogółem:</b>	2	20	-	20	-	-	-
<b>Forma zaliczenia:</b>	Zaliczenie na ocenę						
<b>Wymagania wstępne:</b>	Student posiada podstawowe wiadomości z zakresu nauki o człowieku						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
<b>Cele kształcenia:</b>							
<p><b>Cel 1:</b> Poznanie problematyki zdrowia oraz działań fizjoprofilaktycznych skierowanych do osób zdrowych, jak i z różnymi stanami dysfunkcji.</p> <p><b>Cel 2:</b> Poznanie działań profilaktycznych z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH ORĄŻ METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW							
Efekt	Student, który zaliczył moduł w zakresie:					Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji
<b>wiedzy:</b>							
1	zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką					C.W17.	Test
<b>umiejętności:</b>							
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.	Prezentacja – projekt studencki Aktywność na zajęciach
<b>kompetencji społecznych:</b>							
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.	Obserwacja zachowań/ Aktywność podczas zajęć
2	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.					K5.	Obserwacja zachowań/ Aktywność podczas zajęć

3	jest gotów do korzystania z obiektywnych źródeł informacji.	K6.	Obserwacja zachowań/ Aktywność podczas zajęć
4	jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.	K9.	Obserwacja zachowań/ Aktywność podczas zajęć

#### 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	2
Wykład 5	Pełnowartościowe pożywienie – odżywianie dla zdrowia. Zachowania zdrowotne związane z odżywianiem	2
Wykład 6	Dietetyczne terapie naturalne. Rola suplementów diety w terapiach leczniczych	2
Wykład 7	Fitoterapia w promocji zdrowia. Farmakodynamika ważniejszych substancji roślinnych.	4
Wykład 8	Tradycje wschodnie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych	2
Wykład 9	Czynniki środowiskowe w chorobach cywilizacyjnych. Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach.	2

##### 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

##### 1. Metody kształcenia:

- Wykład
- Dyskusja
- Zajęcia praktyczne w grupach

##### 2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna
- Sprzęt do praktycznej nauki zawodu

#### VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

**Forma zaliczenia modułu.**  
**Zaliczenie na ocenę**

**Kryteria oceny formującej\*\*\*:**

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

**Kryteria oceny podsumowującej\*\*\***

**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**

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