|  |
| --- |
| **Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej** |
| **Kierunek studiów: Fizjoterapia** |
| **Moduł / przedmiot: Aktywnośc ruchowa adaptacyjna** |
| **Profil kształcenia: ogólnoakademicki** |
| **Poziom kształcenia: studia I stopnia** |
| **Liczba godzin w semestrze** | 1 | 2 | 3 |
| I | II | III | **IV** | V | VI |
| **Studia stacjonarne**(w/ćw/lab/pr/e)\* |  |  |  | **14cw** |  |  |
| **Studia niestacjonarne**(w/ćw/lab/pr/e) |  |  |  |  |  |  |
| **WYKŁADOWCA** | Dr hab. Krystyna Gawlik |
| **FORMA ZAJĘĆ** | Ćwiczenia |
| **CELE PRZEDMIOTU** | Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z różnymi formami aktywności ruchowej dostosowanej do potrzeb i możliwości osób z dysfunkcjami zmysłowymi, ruchowymi oraz niepełnosprawnych intelektualnie. |
| **Efekt przedmiotowy** | **Odniesienie do efektów** | **Opis efektów kształcenia** | **Sposób weryfikacji efektu** |
| kierunkowych | obszarowych | Wiedza |
|  | FIZ\_W09FIZ\_W24 | M1\_W03 | * posiada wiedzę o znaczeniu aktywności ruchowej w walce z chorobami cywilizacyjnymi (otyłość, nadciśnienie tętnicze, cukrzyca),
 | * praca pisemna.
 |
|  | FIZ\_W09FIZ\_W24 | M1\_W03 | * posiada wiedza o znaczeniu aktywności ruchowej dla osób starszych; rekomendacje co do rodzaju aktywności ruchowej, stosowanych form i obciążeń,
 | * praca pisemna.
 |
|  | FIZ\_W09FIZ\_W24 | M1\_W03 | * zna sposoby dostosowania programów, przepisów, środowiska do możliwości osób niepełnosprawnych uczestników kultury fizycznej.
 | * praca pisemna.
 |
| Umiejętności |
|  | FIZ\_U05 | M1\_U03 | * posiada umiejętność doboru treści kultury fizycznej, form, metod i środków do potrzeb osób niepełnosprawnych,
 | * zaprojektowanie zestawu ćwiczeń dostosowanych do konkretnego pacjenta z określonym stopniem niepełnosprawności,
* praca pisemna.
 |
|  | FIZ\_U05 | M1\_U03 | * posiada umiejętność doboru obciążeń treningowych w zależności od stopnia niepełnosprawności i możliwości wysiłkowych ćwiczących,
 | * zaprojektowanie zestawu ćwiczeń dostosowanych do konkretnego pacjenta z określonym stopniem niepełnosprawności,
* praca pisemna.
 |
|  | FIZ\_U05 | M1\_U03 | * posiada umiejętność doboru ćwiczeń i obciążeń treningowych dla osób starszych w zależności od wieku i kondycji fizycznej,
 | * zaprojektowanie zestawu ćwiczeń dostosowanych do konkretnego pacjenta z określonym stopniem niepełnosprawności,
* praca pisemna.
 |
|  | FIZ\_U05 | M1\_U03 | * posiada umiejętność zorganizowania i prowadzenia ruchowych zajęć zespołowych z osobami niepełnosprawnymi i starszymi.
 | * zaprojektowanie zestawu ćwiczeń dostosowanych do konkretnego pacjenta z określonym stopniem niepełnosprawności,
* praca pisemna.
 |
| Kompetencje społeczne |
|  | FIZ\_K01FIZ\_K03FIZ\_K04 | M1\_K01M1\_K03M1\_K04 | * posiada świadomość potrzeby aktywności ruchowej w różnym wieku w walce z chorobami cywilizacyjnymi.
 | * Udział studentów w dyskusji.
 |
| **Nakład pracy studenta (w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)\*\***  |
| **Stacjonarne**udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = 14cwprzygotowanie do ćwiczeń =24hprzygotowanie do wykładu = przygotowanie do egzaminu = 10realizacja zadań projektowych =e-learning =zaliczenie/egzamin = 2inne (określ jakie) =**RAZEM:50****Liczba punktów ECTS:2****w tym w ramach zajęć praktycznych:2** | **Niestacjonarne**udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = przygotowanie do ćwiczeń =przygotowanie do wykładu = przygotowanie do egzaminu = realizacja zadań projektowych = e-learning =zaliczenie/egzamin = inne (określ jakie) = **RAZEM:****Liczba punktów ECTS:****w tym w ramach zajęć praktycznych: -----** |
| **WARUNKI WSTĘPNE** | * Podstawy wiedzy z fizjologii wysiłku fizycznego.
* Wiedza o znaczeniu aktywności ruchowej dla prawidłowego funkcjonowania człowieka.
* Znajomość metodyki nauczania ruchu.
 |
| **TREŚCI PRZEDMIOTU****(**z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | Realizowane w formie bezpośredniej:* Podstawowe pojęcia, terminy i definicje z zakresu aktywności ruchowej adaptacyjnej.
* Sprawność fizyczna i możliwości ruchowe osób z dysfunkcjami zmysłowymi i ruchowymi.
* Sprawność fizyczna i możliwości ruchowe osób niepełnosprawnych intelektualnie.
* Zmiany somatyczne, fizjologiczne i motoryczne w procesie starzenia się człowieka.
* Znaczenie aktywności ruchowej w wieku starszym; stosowane formy ruchu, dobór obciążeń.
* Aktywność ruchowa jako środek przeciwdziałający chorobom cywilizacyjnym; zasady treningu zdrowotnego.
* Dostosowanie różnych form aktywności ruchowej do potrzeb niepełnosprawnych w zakresie stosowanych programów, przepisów, sprzętu sportowego i obiektów sportowych.

Treści realizowane w formie e-learning:  |
| **LITERATURA** **OBOWIĄZKOWA** | * Bernas M., Łaz R., Szczeklik–Kumala Z., Czech A. , Tatoń J. (2001): Tolerancja wysiłków fizycznych jako czynnik determinujący stosowanie leczenia treningiem fizycznym u osób z cukrzycą. Przewodnik Lekarski t. 4, 5.
* Dylewicz P. (2000): Cukrzyca a ćwiczenia fizyczne. Rehabilitacja medyczna t. 4, 3.
* Kosmol A. (2008): Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych. AWF, Warszawa.
* Kozdroń E. (2004): Program rekreacji ruchowej osób starszych. AWF, Warszawa.
* Łobożewicz T. red. (2000): Turystyka i rekreacja ludzi niepełnosprawnych. DrukTur,

Warszawa. * Nowak Z. (2005): Nadciśnienie tętnicze – zarys patogenezy i metod leczenia. AWF, Katowice.
* Oblacińska A., Tabak I. red. (2006) : Jak pomóc otyłemu nastolatkowi? Instytut Matki i Dziecka, Warszawa.
 |
| **LITERATURA** **UZUPEŁNIAJĄCA** | * Jopkiewicz A. red. (1996): Aktywność ruchowa osób starszych. WSP, Kielce.
* Kołomyjska G. (1992): Formy rekreacji ruchowej dla osób starszych. AWF, Kraków**.**
* Ślężyński J. red. (1995): Postęp w turystyce na rzecz osób o specjalnych potrzebach. PSON, Kraków.
 |
| **METODY NAUCZANIA****(**z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | film, ćwiczenia przedmiotowe. |
| **POMOCE NAUKOWE** | Rzutnik multimedialny |
| **PROJEKT****(o ile jest realizowany w ramach modułu zajęć)** | Nie dotyczy |
| **SPOSÓB ZALICZENIA** | Zaliczenie na ocenę |
| **FORMA I WARUNKI ZALICZENIA** | * ocena prac pisemnych,
* aktywne uczestnictwo w zajęciach,
* kolokwium zaliczeniowe obejmujące treści ćwiczeń,
* frekwencja,

Warunkiem uzyskania zaliczenia jest zdobycie pozytywnej oceny ze wszystkich form zaliczenia przewidzianych w programie zajęć z uwzględnieniem kryteriów ilościowych oceniania określonych w Ramowym Systemie Ocen Studentów w Wyższej Szkole Biznesu w Dąbrowie Górniczej. |