



**Akademia Nauk Stosowanych**  
**im. Hipolita Cegielskiego w Gnieźnie Uczelnia Państwowa**

**SYLABUS**

<b>Pozycja przedmiotu w planie:</b>		C6
<b>1. OGÓLNY OPIS PRZEDMIOTU</b>		
1	Nazwa modułu	PODSTAWY FIZJOTERAPII
2	Nazwa przedmiotu	Kinezyterapia II
3	Kierunek studiów	Fizjoterapia
4	Poziom studiów	Jednolite magisterskie
5	Forma studiów	Studia stacjonarne
6	Profil studiów	Praktyczny
7	Rok studiów	Drugi
8	Semestr przedmiotu	Trzeci
9	Jednostka prowadząca kierunek studiów	Instytut Nauk o Zdrowiu
10	Liczba punktów ECTS	4
11	Sposób zaliczenia:	Egzamin
12	Język wykładowy	polski
13	Tryb prowadzenia zajęć	Tradycyjny
14	Sposób prowadzenia zajęć	Synchroniczny
15	Narzędzia informatyczne wykorzystywane do prowadzenia zajęć, udostępniania materiałów i komunikacji ze studentami	Platforma Microsoft Teams/Platforma Moodle
16	Przedmioty wprowadzające	Anatomia, kinezylogia, fizjologia, fizjoterapia ogólna
17	Wymagania wstępne	1. Znajomość układu kostnego człowieka. 2. Znajomość układu mięśniowego człowieka.
<b>18</b>	<b>Cele przedmiotu:</b>	
<b>C1</b>	Poznanie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw kinezyterapii.	
<b>C2</b>	Zapoznanie z systematyką ćwiczeń leczniczych oraz nabycie umiejętności wykonywania poznanych technik w praktyce.	
<b>C3</b>	Przedstawienie podstaw teoretycznych lokomocji człowieka, zasad analizy chodu, wzorców chodu dla różnych stanów chorobowych.	
<b>C4</b>	Nabycie umiejętności przygotowania do chodu oraz nauczania prawidłowego chodu, chodu z kulami i bez na schodach.	
<b>19</b>	Forma zajęć, liczba godzin wymagająca bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego, liczba godzin nakładu pracy studenta	
Forma zajęć		Liczba godzin
1. Wykład		15 godzin
2. Zajęcia praktyczne		60 godzin

3.Samokształcenie		25 godzin
Suma godzin		100 godzin
<b>lp.</b>	<b>Całkowity nakład pracy studenta</b>	
<b>1.</b>	Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego wynosi:	<b>Godzinowe obciążenie studenta</b>
	Wykłady: 15 godzin	
	Zajęcia praktyczne: 60 godzin	
	Konsultacje dydaktyczne: 1 godzina	
	Zaliczenie wykładu: 1 godzina	
	Zaliczenie zajęć praktycznych: 3 godziny	
	Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego wynosi 80 godzin, co odpowiada 3,2 punktu ECTS.	
<b>2</b>	<p>Bilans nakładu pracy studenta:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Udział w wykładach: 15 godzin</li> <li>2. Udział w zajęciach praktycznych: 60 godzin</li> <li>3. Udział w konsultacjach dydaktycznych: 1 godzina</li> <li>4. Udział w zaliczeniu egzaminu teoretycznego: 1 godzina</li> <li>5. Udział w zaliczeniu egzaminu praktycznego: 3 godziny</li> <li>6. Samodzielne przygotowanie do zajęć, egzaminu końcowego z przedmiotu: 20 godzin</li> </ol> <p>Łączny nakład pracy studenta wynosi 100 godzin, co odpowiada 4 punktom ECTS.</p>	<b>100 godzin</b>
<b>3</b>	<b>Łączny nakład pracy studenta (pozycja 2)</b>	100 godzin
<b>4</b>	<b>Punkty ECTS za przedmiot</b>	4 ECTS
<b>5</b>	Liczba punktów ECTS, którą student musi osiągnąć w ramach zajęć o charakterze praktycznym w tym zajęć laboratoryjnych, warsztatowych, projektowych	2,4 ECTS
Efekty uczenia się - wiedza		<p>W1: zna teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii – C.W7.</p> <p>W2: zna wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii, terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii – C.W8.</p>
Efekty uczenia się - umiejętności		<p>U1: 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.</p> <p>U2: potrafi konstruować trening medyczny, w tym różnorodne ćwiczenia, dostosowywać poszczególne ćwiczenia do potrzeb ćwiczących, dobrać odpowiednie przyrządy i przybory do ćwiczeń ruchowych oraz stopniować trudność wykonywanych ćwiczeń – C.U6.</p> <p>U3: potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń – C.U7.</p> <p>U4: potrafi obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii,</p>

	fizykoterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii – C.89.
Efekty uczenia się – kompetencje społeczne	K1: dostrzega i rozpoznaje własne ograniczenia, dokonuje samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych – 1.3.5 K2: jest świadomy przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób – 1.3.9

2. TREŚCI PROGRAMOWE ODNIESIONE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Forma zajęć	Treści programowe	liczba godzin
<b>Tematy realizowane w ramach formy zajęć (wykłady)</b>		
<b>W</b>	Organizacja zajęć. Przedstawienie tematyki wykładów oraz formy zaliczenia przedmiotu. Przedstawienie wymaganej literatury podstawowej i uzupełniającej. Wpływ ćwiczeń leczniczych na organizm człowieka. Systematyka ćwiczeń w kinezyterapii, kryteria podziału. Podstawowe zagadnienia metodyczne kinezyterapii.	3
<b>W</b>	Zapoznanie z systematyką ćwiczeń w kinezyterapii miejscowej (ćwiczenia bierne, czynno-bierne, redresyjne, wyciągi redresyjne, ćwiczenia wspomagane i samowspomagane, izometryczne, synergistyczne, czynne w odciążeniu, czynne w odciążeniu z oporem, czynne wolne, czynne z oporem, poizometryczna relaksacja mięśni) – omówienie, cele i zadania, zasady metodyczne, wskazania, przeciwwskazania do ćwiczeń.	3
<b>W</b>	Zapoznanie z systematyką ćwiczeń w kinezyterapii ogólnej (ćwiczenia rozluźniające, relaksacyjne, ogólnousprawniające, w wodzie, ćwiczenia oddechowe, koordynacyjne, równoważne, gimnastyka poranna, ćwiczenia czynności samoobsługi) – omówienie, cele i zadania, zasady metodyczne, wskazania, przeciwwskazania do ćwiczeń.	3
<b>W</b>	Przedstawienie podstaw teoretycznych lokomocji człowieka. Definicja chodu i jego składowe. Charakterystyka chodu prawidłowego. Wyznaczniki chodu. Analiza dynamiczna i kinematyczna chodu. Chód patologiczny - omówienie charakterystycznych wzorców chodu dla różnych stanów chorobowych. Testy oceniające chód. Teoretyczne podstawy nauki chodu.	3
<b>W</b>	Systematyka metod kinezyterapeutycznych – kryteria podziału. Wybrane zagadnienia reedukacji nerwowo-mięśniowej. Charakterystyka wybranych metod kinezyterapeutycznych.	3
<b>Tematy realizowane w ramach formy zajęć (zajęcia praktyczne)</b>		
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń biernych w stawach kończyny górnej, dolnej i kręgosłupa oraz ćwiczeń redresyjnych.	4
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń czynnych w odciążeniu oraz w odciążeniu z oporem. Zaliczenie praktyczne – wykonywanie zadań zleconych przez prowadzącego.	10
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń wspomaganych i samowspomaganych oraz czynnych wolnych i czynnych z oporem. Treningi oporowe.	8
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń izometrycznych w obrębie różnych grup mięśniowych. Ćwiczenia synergistyczne kontralateralne i ipsilateralne – omówienie i wykonywanie na wybranych przykładach.	4
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania poizometrycznej relaksacji mięśniowej z uwzględnieniem testów elastyczności i autoterapii. Zaliczenie praktyczne – wykonywanie zadań zleconych przez prowadzącego.	10
<b>ZP</b>	Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń rozluźniających i ogólnousprawniających.	8

	Metody treningu relaksacyjnego (metoda Jacobsena i Schultza). Praktyczna nauka wykonywania ćwiczeń oddechowych. Techniki stymulacji oddychania oraz rozluźniania przepony.	
<b>ZP</b>	Techniki ułatwiające naukę chodu. Przygotowanie pacjenta do chodu w pozycji leżącej, siedzącej i stojącej. Pionizacja. Nauka chodu z kulami. Nauka chodu funkcjonalnego. Nauka chodu z kulami i bez na schodach. Praktyczne wykonanie testów oceniających chód. Nauka padania i samodzielnego wstawania. Praktyczne wykonywanie ćwiczeń równoważnych i koordynacyjnych. Ćwiczenia czynności samoobsługi. Zaliczenie praktyczne – wykonywanie zadań zleconych przez prowadzącego.	16
<b>Tematy realizowane w ramach formy zajęć (samoksztalcenie)</b>		
<b>S</b>	Przygotowanie się do zaliczenia końcowego, zgłębianie tematyki wykładowej i ćwiczeniowej w oparciu o podaną literaturę przedmiotu.	5

<b>3. Literatura</b>	
<b>Literatura podstawowa</b>	1. K. Milanowska, Kinezyterapia, PZWL Warszawa 2014 2. A. Zembaty, Kinezyterapia tom 1, Zarys podstaw teoretycznych i diagnostycznych kinezyterapii, Wyd. Kacper Sp.z o.o. Kraków 2002. 3. Ż. Fiodorenko-Dumas, I. Baściuk, B. Bogut, I. Dumas, Kinezyterapia w praktyce fizjoterapeuty, Górnicki Wydawnictwo Medyczne Wrocław 2010.
<b>Literatura uzupełniająca</b>	1. K. Buckup, J. Buckup, Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni, PZWL, Warszawa 2014. 2. R. Walaszek, T. Kasperczyk, L. Magiera, Diagnostyka w kinezyterapii i masażu, Wydawnictwo BIOSPORT, Kraków 2014.

<b>4. Metody dydaktyczne</b>	
<b>Forma</b>	<b>Metody dydaktyczne</b>
<b>Wykład</b>	Metody podające (wykład informacyjny, konwersatoryjny), metody problemowe (wykład konwersatoryjny), metody eksponujące (pokaz, prezentacja multimedialna)
<b>Zajęcia praktyczne</b>	Metody aktywizujące (dyskusja dydaktyczna), metody praktyczne – ćwiczenia w parach poprzedzone pokazem nauczyciela akademickiego

<b>5. Metody i kryteria oceniania</b>	
<b>Forma zajęć:</b>	<b>Forma zaliczenia:</b>
Uzyskane punkty są przeliczane na oceny według następującej skali:	
Procent punktów	Ocena
91-100%	Bardzo dobry
85-90%	Dobry plus
76-84%	Dobry
66-75%	Dostateczny plus
51-65%	Dostateczny
0-50%	Niedostateczny

Opis: ocena wykładu:

- uczestnictwo w wykładzie
- zaliczenie pisemne/egzamin.

Opis: ocena zajęć praktycznych/ćwiczeń/zajęć klinicznych:

- 100% obecności (dopuszcza się 30% nieobecności usprawiedliwionych zwolnieniem L4),
- aktywność na zajęciach,
- zaliczenie końcowe.

Warunkiem dopuszczenia do egzaminu jest uzyskanie pozytywnych ocen z zajęć praktycznych/ćwiczeń/zajęć klinicznych.

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu.

Ocenę pozytywną z przedmiotu można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów uczenia się.