

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Zamiejscowy Wydział Kultury Fizycznej w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Fizjoterapia**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **KINEZYTERAPIA**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_FT\_J\_O\_C.3\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Fizjoterapii**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Magdalena Górską-Doś**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Magdalena Górską-Doś
2. dr n. med. Janusz Doś

Data opracowania: **20.09.2020 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia jednolite magisterskie			
Profil	praktyczny			
Specjalność	–			
Rok studiów / semestr	rok 1–2, semestr 2–3			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	5 (0+5)	120 (60+60)		
Liczba punktów ECTS	6 (3+3)			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Poznanie podstawowych i specyficznych pojęć z zakresu kinezyterapii.
C2	Zrozumienie znaczenia stosowania kinezyterapii.
C3	Przygotowanie się do planowania ćwiczeń leczniczych (kinezyterapii).
C4	Nabycie i doskonalenie umiejętności wykonywania ćwiczeń leczniczych (kinezyterapii).

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- podstawowa wiedza w zakresie anatomii człowieka – narządu ruchu,
- dobra sprawność psychoruchowa,
- umiejętność wykonywania, demonstrowania i prowadzenia ćwiczeń ogólnokształtujących,
- znajomość biologicznego rozwoju człowieka.

Przedmioty ułatwiające studentowi naukę kinezyterapii to: anatomia, biologia medyczna, fizjologia, kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu, wychowanie fizyczne.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7)
EK1	wymienia, nazywa i opisuje podstawowe i specyficzne pojęcia i procesy kinezyterapii	C.W7	P7S_WG
EK2	rozdziela i klasyfikuje wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii	C.W8	P7S_WG
EK3	przygotowuje, wykonuje, interpretuje i modyfikuje badanie podmiotowe oraz przedmiotowe; wykonuje i interpretuje podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla określonej dysfunkcji narządu ruchu, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej	C.U1	P7S_UW

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7)
EK4	projektuje, analizuje i modyfikuje dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu kinezyterapii	C.U2	P7S_UW
EK5	dobiera i prowadzi kinezyterapię ukierunkowaną na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami, przeprowadza zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzi reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych	C.U3	P7S_UW P7S_UK
EK6	instruuje pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi (kulami łokciowymi) oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego (np. ręcznik, pasek itp.) w celach terapeutycznych, instruuje opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju	C.U4	P7S_UW P7S_UK
EK7	wykazuje umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń	C.U7	P7S_UW
EK8	planuje, dobiera i wykonuje zabiegi z zakresu kinezyterapii	C.U8	P7S_UW
EK9	obsługuje i stosuje urządzenia z zakresu kinezyterapii – rotory do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, system do ćwiczeń w odciążeniu	C.U9	P7S_UW
EK10	wykazuje zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii	C.U10	P7S_UW

## 5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii. Wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii.	5
	<b>Razem</b>	<b>5</b>
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
SEMESTR 2		
ĆW1	Technika i metodyka pomiarów zakresu ruchomości kręgosłupa, zakresów ruchomości obręczy barkowej i biodrowej oraz kończyny górnej i dolnej zgodnie z metodą SFTR.	16

ĆW2	Ocena sprawności mięśni tułowia, obręczy barkowej i biodrowej oraz kończyny górnej i dolnej wg. Lovetta.	12
ĆW3	Testy funkcjonalne. Metodyka wykonywania zabiegów kinezyterapeutycznych.	8
ĆW4	Ćwiczenia bierne, czynno-bierne. Rodzaje obciążeń i cel stosowania ćwiczeń czynnych w obciążeniu.	12
ĆW5	Metodyka wykonywania ćwiczeń czynnych wolnych i ćwiczeń czynnych wolnych z oporem.	12
<b>SEMESTR 3</b>		
ĆW6	Testy i ćwiczenia równoważne. Elementy pionizacji pacjenta.	16
ĆW7	Metodyka wykonywania ćwiczeń izometrycznych, samowspomaganych, synergistycznych, oddechowych, relaksacyjnych, manualnych w kinezyterapii. Poizometryczna relaksacja mięśni.	20
ĆW8	Usprawnianie kinezyterapeutyczne z wykorzystaniem proprioceptywnego nerwowo-mięśniowego torowania ruchu.	24
<b>Razem</b>		<b>60+60</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład konwersatoryjny.
M2	Prezentacje.
M3	Dyskusja dydaktyczna.
M4	Metoda przypadków (casestudies).
M5	Praca w zespole.

## 7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	125
Egzaminy i zaliczenia w sesji	4
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	16
Przygotowanie karty badania i postępowania kinezyterapeutycznego	2
Przygotowanie do zaliczeń i egzaminu	10
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>157</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	6

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Indywidualne zadania praktyczne.
F2	Zespołowe zadania praktyczne.
F3	Przygotowanie karty badania i postępowania kinezyterapeutycznego.
F4	Kolokwium.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie praktyczne – indywidualne zadania praktyczne.
P2	Egzamin testowy.

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach – zgodnie z Regulaminem Studiów,
- przygotowanie prawidłowo skonstruowanej karty badania i postępowania kinezyterapeutycznego,
- zaliczenie indywidualnego i zespołowego zadania praktycznego,
- zaliczenie kolokwium,
- ocena pozytywna z egzaminu.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Student nie wymienia, nie nazywa i nie opisuje podstawowych i specyficznych pojęć i procesów kinezyterapii.
na ocenę 3	Student wymienia, nazywa i opisuje podstawowe i specyficzne pojęcia i procesy kinezyterapii.
na ocenę 4	Student wymienia, nazywa i opisuje podstawowe i specyficzne pojęcia i procesy kinezyterapii oraz je różnicuje.
na ocenę 5	Student wymienia, nazywa i opisuje podstawowe i specyficzne pojęcia i procesy kinezyterapii oraz je różnicuje i interpretuje.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Student nie rozróżnia i nie klasyfikuje wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii.
na ocenę 3	Student rozróżnia i klasyfikuje ogólne wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii.
na ocenę 4	Student rozróżnia i klasyfikuje ogólne i szczegółowe wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii.
na ocenę 5	Student rozróżnia i klasyfikuje ogólne i szczegółowe wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii oraz je interpretuje.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Student nie przygotowuje, nie wykonuje, nie interpretuje i nie modyfikuje badania podmiotowego oraz przedmiotowego; nie wykonuje i nie interpretuje podstawowego badania czynnościowego i testów funkcjonalnych właściwych dla określonej dysfunkcji narządu ruchu, w tym pomiarów długości i obwodów kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej.

na ocenę 3	Student przygotowuje, wykonuje, interpretuje i modyfikuje badanie podmiotowe oraz przedmiotowe; wykonuje i interpretuje podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla określonej dysfunkcji narządu ruchu, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie przygotowuje, wykonuje, interpretuje i modyfikuje badanie podmiotowe oraz przedmiotowe; wykonuje i interpretuje podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla określonej dysfunkcji narządu ruchu, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student samodzielnie przygotowuje, wykonuje, interpretuje i modyfikuje badanie podmiotowe oraz przedmiotowe; wykonuje i interpretuje podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla określonej dysfunkcji narządu ruchu, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK4</b>	
na ocenę 2	Student nie projektuje, nie analizuje i nie modyfikuje dokumentacji stanu zdrowia pacjenta i programu kinezyterapii.
na ocenę 3	Student projektuje, analizuje i modyfikuje dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu kinezyterapii z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie projektuje, analizuje i modyfikuje dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu kinezyterapii – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student samodzielnie projektuje, analizuje i modyfikuje dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu kinezyterapii oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK5</b>	
na ocenę 2	Student nie dobiera i nie prowadzi kinezyterapii ukierunkowanej na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami.
na ocenę 3	Student przeprowadza zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzi reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych – z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie dobiera i prowadzi kinezyterapię ukierunkowaną na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student samodzielnie przeprowadza zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzi reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela – oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK6</b>	
na ocenę 2	Student nie instruuje pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi (kulami łokciowymi) oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego (np. ręcznik, pasek itp.) w celach terapeutycznych; nie instruuje opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju.

na ocenę 3	Student instruuje pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi (kulami łokciowymi) oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego (np. ręcznik, pasek itp.) w celach terapeutycznych – z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela, instruuje opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju – z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie instruuje pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi (kulami łokciowymi) oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego (np. ręcznik, pasek itp.) w celach terapeutycznych - bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela, samodzielnie instruuje opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student samodzielnie instruuje pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi (kulami łokciowymi) oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego (np. ręcznik, pasek itp.) w celach terapeutycznych – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela – oraz odpowiada na dodatkowe pytania; samodzielnie instruuje opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela – oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK7</b>	
na ocenę 2	Student nie wykazuje umiejętności ruchowych koniecznych do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń.
na ocenę 3	Student wykazuje umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń – popełnia drobne błędy i niedokładności.
na ocenę 4	Student wykazuje umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń – bez błędów,
na ocenę 5	Student wykazuje umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń – dokładnie i bez błędów.
<b>Efekt uczenia się EK8</b>	
na ocenę 2	Student nie planuje, nie dobiera i nie wykonuje zabiegów z zakresu kinezyterapii.
na ocenę 3	Student planuje, dobiera i wykonuje zabiegi z zakresu kinezyterapii z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie planuje, dobiera i wykonuje zabiegi z zakresu kinezyterapii – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student planuje, dobiera i wykonuje zabiegi z zakresu kinezyterapii – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela – oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK9</b>	
na ocenę 2	Student nie obsługuje i nie stosuje urządzeń z zakresu kinezyterapii – rotorów do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, systemu do ćwiczeń w odciążeniu.
na ocenę 3	Student obsługuje i stosuje urządzenia z zakresu kinezyterapii – rotory do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, system do ćwiczeń w odciążeniu z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student samodzielnie obsługuje i stosuje urządzenia z zakresu kinezyterapii – rotory do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, system do ćwiczeń w odciążeniu – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.

na ocenę 5	Student samodzielnie obsługuje i stosuje urządzenia z zakresu kinezyterapii – rotory do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, system do ćwiczeń w odciążeniu - bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela oraz odpowiada na dodatkowe pytania.
<b>Efekt uczenia się EK10</b>	
na ocenę 2	Student nie wykazuje zaawansowanych manualnych umiejętności pozwalających na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii np. poizometrycznej relaksacji mięśni lub proprioceptywnego nerwowo-mięśniowego torowania ruchu.
na ocenę 3	Student wykazuje zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii np. poizometrycznej relaksacji mięśni lub proprioceptywnego nerwowo-mięśniowego torowania ruchu – z dodatkową pomocą-podpowiedzią nauczyciela.
na ocenę 4	Student wykazuje zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii np. poizometrycznej relaksacji mięśni lub proprioceptywnego nerwowo-mięśniowego torowania ruchu – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela.
na ocenę 5	Student wykazuje zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii np. poizometrycznej relaksacji mięśni lub proprioceptywnego nerwowo-mięśniowego torowania ruchu – bez dodatkowej pomocy-podpowiedzi nauczyciela oraz odpowiada na dodatkowe pytania.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	C.W7	C1	W1	M1	P2
EK2	C.W8	C2	W1	M1	P2
EK3	C.U1	C3	ĆW1, ĆW2	M2–M5	F1, F2
EK4	C.U2	C4	ĆW2	M2–M5	F3, F4
EK5	C.U3	C3, C4	ĆW4–ĆW6	M2–M5	F1, F2
EK6	C.U4	C4	ĆW6, ĆW7	M2–M5	F1, F2
EK7	C.U7	C3, C4	ĆW3, ĆW6	M2–M5	F1, F2
EK8	C.U8	C4	ĆW7	M2–M5	F1, F2
EK9	C.U9	C3, C4	ĆW5	M2–M5	F1, F2
EK10	C.U10	C4	ĆW8	M2–M5	P1

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Zembaty A. <i>Kinezyterapia</i> , t. 1 i 2, Firma Usługowo-Handlowa Kasper, Kraków 2007.
2.	Skolimowski T., <i>Badania czynnościowe narządu ruchu w fizjoterapii</i> , AWF Wrocław, 2012.
3.	Rosławski A., Skolimowski T., <i>Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych</i> , PZWL, Warszawa 2000.



4.	Kwolek A. (red.), <i>Rehabilitacja medyczna</i> , t. 1 i 2, Urban&Partner, Wrocław 2003.
----	--

**b. Piśmiennictwo uzupełniające**

1.	Dega W., Milanowska K., <i>Rehabilitacja medyczna</i> , PZWL, Warszawa 1993.
2.	Buckup K., <i>Testy kliniczne w badaniu, kości, stawów i mięśni</i> , PZWL, 2008.
3.	Dega W. (red.), <i>Ortopedia i rehabilitacja</i> , PZWL, Warszawa 2003.
4.	Nowotny J., <i>Podstawy fizjoterapii</i> , t. I–III, Firma Usługowo-Handlowa Kasper, 2004.

**12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji**

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)