

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

Filia w Gorzowie Wielkopolskim

Kierunek: Fizjoterapia

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **PRZEDMIOT DO WYBORU – TRENING PROPRIOCEPCJI
I GŁĘBOKIEJ STABILIZACJI**

Kod przedmiotu: **ZWKF_FT_J_W_F.23_s**

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

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

mgr Artur Hołodniuk

Osoby prowadzące przedmiot:

1. mgr Artur Hołodniuk

Data opracowania: **29.09.2023 r.**

1. Podstawowe informacje

| | | | | |
|-----------------------|-------------------------------|-----------|-----------|------|
| Forma studiów | studia stacjonarne | | | |
| Stopień studiów | jednolite studia magisterskie | | | |
| Profil | praktyczny | | | |
| Specjalność | – | | | |
| Rok studiów / semestr | rok 5, semestr 9 | | | |
| Status przedmiotu | do wyboru | | | |
| Język przedmiotu | polski | | | |
| Forma zajęć | wykład | ćwiczenia | seminaria | inne |
| Wymiar zajęć | | 30 | | |
| Liczba punktów ECTS | 2 | | | |

2. Cele przedmiotu

| | |
|----|---|
| C1 | Zapoznanie się z podstawą teoretyczną, definicjami treningu propriocepcji i z jego działaniem na organizm człowieka. |
| C2 | Zapoznanie się ze szczegółową metodyką, zasadami, warunkami, wskazaniami, przeciwwskazaniami, tokiem treningu propriocepcji oraz badaniem pacjenta. |
| C3 | Nabycie umiejętności samodzielnego, poprawnego przeprowadzania treningu propriocepcji. |
| C4 | Przygotowanie się do planowania i wykonywania ćwiczeń propriocepcji w aspekcie różnych celów i wskazań terapeutycznych. |

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

– brak.

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 |
|--------|---|---|---|
| EK1 | potrafi przeprowadzić podstawowe badanie narządów zmysłów i ocenić równowagę | C.U1 | P7S_UW |
| EK2 | 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.U3 C.U5 | P7S_UW P7S_UK |
| EK3 | potrafi dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego | C.U4 C.U6 | P7S_UW P7S_UK |

| 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 |
|--------|--|---|---|
| EK4 | potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń | C.U7 | P7S_UW |

5. Treści programowe

| ĆWICZENIA | | |
|-----------|---|---------------|
| Lp. | Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych | Liczba godzin |
| ĆW1 | Wprowadzenie do ćwiczeń. Zapoznanie ze sprzętem w sali. Omówienie kryteriów zaliczenia przedmiotu i toku zajęć ćwiczeń. | 2D |
| ĆW2 | Diagnozowanie zaburzeń równowagi ciała. | 2D |
| ĆW3 | Anatomia – drogi nerwowe przewodzące bodźce czucia głębokiego. Mechanizmy zaburzeń propriocepcji – uszkodzenie czucia głębokiego, uszkodzenie więzadeł. | 2D |
| ĆW4 | Metody neurofizjologiczne w leczeniu zaburzeń propriocepcji. Przetwarzanie sygnałów noncyceptywnych: drogi rdzeniowo-wzgórzowa i rdzeniowo-siatkowa w rdzeniu kręgowym. Testy funkcjonalne według koncepcji Bobath. | 2D |
| ĆW5 | Rola ćwiczeń usprawniających w schorzeniach z zaburzeniami czucia głębokiego. Metodyka wykonywania ćwiczeń propriocepcji. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania ćwiczeń propriocepcji. | 2D |
| ĆW6 | Ćwiczenia propriocepcji dla kończyn górnych. Ćwiczenia z wykorzystaniem dysku, piłki szwedzkiej, ćwiczeń wolnych. | 2K |
| ĆW7 | Ćwiczenia propriocepcji dla kończyn dolnych. Ćwiczenia z wykorzystaniem dysku, piłki szwedzkiej, ćwiczeń wolnych. | 2K |
| ĆW8 | Ćwiczenia poprawiające sprawność ręki. | 2K |
| ĆW9 | Ćwiczenia korygujące postawę ciała. | 2K |
| ĆW10 | Ćwiczenia na trampolinie. Ćwiczenia równoważne. | 2K |
| ĆW11 | Trening propriocepcji w różnych jednostkach chorobowych - ćwiczenia praktyczne. | 7K |
| ĆW12 | Zaliczenie. | 3K |
| | Razem | 30 |

6. Metody dydaktyczne

| | |
|----|----------------------|
| M1 | Wykład informacyjny. |
| M2 | Pokaz i objaśnienie. |
| M3 | Zajęcia praktyczne. |

7. Obciążenie pracą studenta

| Forma aktywności | Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności |
|------------------|---|
| | |

| | |
|---|-----------|
| Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym: | |
| Godziny wynikające z planu studiów | 30 |
| Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym: | |
| Przygotowanie się do zajęć | 12 |
| Przygotowanie do zaliczenia | 8 |
| Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta | 50 |
| Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu | 2 |

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

| | |
|----|-------------------------------|
| F1 | Poprawne wykonywanie ćwiczeń. |
| F2 | Wejściówki. |

b. Ocena podsumowująca

| | |
|----|------------------------|
| P1 | Zaliczenie praktyczne. |
|----|------------------------|

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów;
- pozytywna ocena z zaliczenia.

9. Kryteria oceny

| Efekt uczenia się EK1 | |
|------------------------------|---|
| na ocenę 2 | Student nie potrafi przeprowadzić podstawowego badania narządów zmysłów i wykonać testów równoważnych. |
| na ocenę 3 | Student z pomocą nauczyciela przeprowadza badanie podstawowe narządów zmysłów; zna minimum 2 testy równoważne i je prawidłowo wykonuje. |
| na ocenę 4 | Student częściowo samodzielnie, z niewielkimi błędami, przeprowadza badanie podstawowe narządów zmysłów; zna minimum 3 testy równoważne i je prawidłowo wykonuje. |
| na ocenę 5 | Student samodzielnie i bezbłędnie przeprowadza badanie podstawowe narządów zmysłów; zna minimum 5 testów równoważne i je prawidłowo wykonuje. |
| Efekt uczenia się EK2 | |
| na ocenę 2 | Student nie potrafi przeprowadzić treningu medycznego, nie umie dobierać odpowiednich ćwiczeń do różnych jednostek chorobowych. Nie potrafi stopniować poziomu trudności ćwiczeń. |
| na ocenę 3 | Student z pomocą nauczyciela przeprowadza trening medyczny. Dobór ćwiczeń do różnych jednostek chorobowych wymaga jednak nadzoru ze strony prowadzącego. Stopniuje poziom trudności ćwiczeń. |
| na ocenę 4 | Student częściowo z pomocą nauczyciela lub samodzielnie, jednak z niewielkimi błędami, przeprowadza trening medyczny. Dobiera poprawnie ćwiczenia do różnych jednostek chorobowych. Stopniuje poziom trudności ćwiczeń. |
| na ocenę 5 | Student samodzielnie przeprowadza trening medyczny. Właściwie dobiera ćwiczenia do różnych jednostek chorobowych. Stopniuje poziom trudności ćwiczeń. Odpowiada na dodatkowe pytania prowadzącego. |

| Efekt uczenia się EK3, EK4 | |
|----------------------------|--|
| na ocenę 2 | Student nie potrafi dobierać ćwiczeń dla osób z różnymi zaburzeniami czucia głębokiego. Nie Umie metodycznie przeprowadzać toku zajęć treningu propriocepcji z jednoczesnym dawkowaniem ich trudności. |
| na ocenę 3 | Student częściowo samodzielnie, nie zawsze poprawnie, dobiera ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami czucia głębokiego, przeprowadza metodycznie tok zajęć treningu propriocepcji z jednoczesnym dawkowaniem ich trudności, jednak wymaga korekty ze strony prowadzącego. Potrafi zademonstrować wybrane ćwiczenia. |
| na ocenę 4 | Student samodzielnie, z drobnymi uchybieniami, dobiera ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami czucia głębokiego i instruuje pacjentów. Umie metodycznie przeprowadzić tok zajęć treningu propriocepcji. Potrafi zademonstrować wybrane ćwiczenia. |
| na ocenę 5 | Student samodzielnie i w pełni poprawnie dobiera ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami czucia głębokiego i instruuje pacjentów. Umie metodycznie przeprowadzić tok zajęć treningu propriocepcji. Odpowiada na dodatkowe pytania. Potrafi samodzielnie zademonstrować ćwiczenia. |

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.U1 | C1, C2 | ĆW1-ĆW4 | M1, M2 | F1, F2, P1 |
| EK2 | C.U3, C.U5 | C3, C4 | ĆW6-ĆW10 | M1, M2 | F1, F2, P1 |
| EK3 | C.U4, C.U6 | C3, C4 | ĆW11 | M1, M2 | F1, F2, P1 |
| EK4 | C.U7 | C3, C4 | ĆW1-ĆW11 | M1, M2 | F1, F2, P1 |

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

| | |
|----|--|
| 1. | Owczarek S., <i>Ćwiczenia korekcyjne z przyborami thera-band</i> , Korso 2016. |
| 2. | Stryła W., Pogorzała A., <i>Ćwiczenia propriocepcji w rehabilitacji</i> , Warszawa 2016. |

b. Piśmiennictwo uzupełniające

| | |
|----|--|
| 1. | Narkiewicz O., Moryś J., <i>Neuroanatomia czynnościowa i kliniczna</i> , Warszawa 2014. |
| 2. | Ines M., <i>Anatomia i fizjologia układu przedsionkowego</i> , „Integracja sensoryczna” 2013, nr 13. |

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejscowość, data)

.....
(kierownik zakładu)

.....
(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)