

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

Filia w Gorzowie Wielkopolskim

Kierunek: Wychowanie fizyczne

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **EDUKACJA ZDROWOTNA**

Kod przedmiotu: **ZWKF_WF_1_O_C.1_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Biologicznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

dr Anna Kasperska

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Anna Kasperska
2. dr Joanna Ostapiuk-Karolczuk

Data opracowania: **30.09.2024 r.**

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 2, semestr 3			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	5	15		
Liczba punktów ECTS	2			

2. Cele przedmiotu

C1	Przyswojenie wiedzy na temat czynników warunkujących zdrowie oraz edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia w odniesieniu do najczęściej występujących zaburzeń zdrowotnych i chorób cywilizacyjnych.
C2	Zapoznanie z krajowymi i międzynarodowymi programami z zakresu edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia.
C3	Przygotowanie się do roli promotora i edukatora zdrowia.

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

- Wiedza z zakresu rozwoju człowieka w aspekcie biologicznym, psychologicznym oraz społecznym.
- Wiedza z zakresu budowy anatomicznej i funkcjonowania poszczególnych układów człowieka.
- Potrafi wymienić i interpretować zjawiska fizjologiczne zachodzące w organizmie pod wpływem czynników zewnętrznych.

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 6)
EK1	posiada wiedzę z zakresu podstaw edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki	A1_W13	P6S_WK
EK2	potrafi opisać założenia szeroko rozumianej edukacji zdrowotnej, realizowanej w placówce oświatowej	A1_W17	P6S_WK
EK3	potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocję zdrowia oraz projektować i realizować programy profilaktyczne	B-D_U5 A1_K10	P6S_UW P6S_KO

5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Zdrowie – kluczowe pojęcie w edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia; obszary działań i metody w edukacji zdrowotnej.	2
W2	Wyzwania Edukacji Zdrowotnej w XXI wieku: Wpływ udogodnień w XXI wieku – przyzwyczajanie czy lenistwo.	2
W3	Zagrożenie zdrowia w XXI wieku – choroby cywilizacyjne.	1
	Razem	5
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Czynniki warunkujące zdrowie i zachowania zdrowotne. Mierniki zdrowia. Współczesna cywilizacja – moda na bycie aktywnym czy nieaktywnym. Rola nauczyciela wychowania fizycznego w edukacji zdrowotnej – edukator zdrowia.	2
ĆW2	Zdrowie psychiczne i psychospołeczne. Podstawowe czynniki wpływające na zdrowie psychiczne. Wpływ stresu na zdrowie i sposoby radzenia sobie z nim. Zespół wypalenia zawodowego w pracy nauczyciela.	2
ĆW3	Stan zdrowia dzieci i młodzieży w Polsce. Postawy zdrowotne i tryb życia dzieci i młodzieży w XXI wieku.	2
ĆW4	Edukacja seksualna – epidemiologia i profilaktyka chorób przenoszonych drogą płciową.	2
ĆW5	Wizerunek ciała. Zaburzenia odżywiania. Mass media.	2
ĆW6	Rodzaje uzależnienia: fizyczne i psychiczne; zespół abstynencyjny. Substancje psychoaktywne. Dopalacze. Alkoholizm, nikotynizm – objawy, skutki, uzależnienie.	2
ĆW7	Zaliczenie.	3
	Razem	15

6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład informacyjny.
M2	Pokaz i objaśnienie.
M3	Dyskusja dydaktyczna.
M4	Metoda przypadku.
M5	Metody eksponujące (film).

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	20
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	4
Przygotowanie prezentacji	16
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	Aktywny udział w zajęciach.
----	-----------------------------

b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie przedmiotu w formie przedstawienia prezentacji, nt. edukacji zdrowotnej i profilaktyki w wybranych aspektach zdrowia.
----	--

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 przytoczyć definicji zdrowia wg WHO, a także nie potrafi wymienić czynników wpływających na zdrowie człowieka.
na ocenę 3	Student definiuje pojęcia zdrowia wg WHO; potrafi wymienić i objaśnić co najmniej trzy czynniki wpływające na zdrowie; wymienia cele promocji zdrowia.
na ocenę 4	Student potrafi wymienić oraz zinterpretować czynniki wpływające na zdrowie oraz uzasadnić konieczność przeciwdziałania zachowaniom anty-zdrowotnym; opisuje cele promocji zdrowia.
na ocenę 5	Student nie tylko poprawnie wymienia i objaśnia zadania edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia ale zna wszystkie czynniki mające wpływ na zdrowie ale także wyjaśnia przyczyny chorób cywilizacyjnych, wymienia je i interpretuje.
Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Student nie potrafi wymienić założeń edukacji zdrowotnej oraz nie zna pojęć i definicji zdrowia.
na ocenę 3	Student potrafi wykorzystać podstawową wiedzę teoretyczną do opisu i charakterystyki pojęć związanych ze zdrowiem.
na ocenę 4	Student potrafi przewidzieć skutki poznanych w trakcie zajęć jednostek chorobowych, a także potrafi prowadzić dyskusję dotyczącą zachowań prozdrowotnych.

na ocenę 5	Student potrafi samodzielnie charakteryzować omówione na zajęciach jednostki chorobowe, definiować pojęcie zdrowia oraz chorób cywilizacyjnych, a także potrafi uzupełniać swoją wiedzę.
Efekt uczenia się EK3	
na ocenę 2	Student nie potrafi przytoczyć definicji zdrowego stylu życia oraz nie potrafi scharakteryzować skuteczności aktywnego stylu życia.
na ocenę 3	Student potrafi przedstawić podstawowe założenia edukacji zdrowotnej i posiada umiejętność rozumienia wybranych zagadnień z edukacji zdrowotnej.
na ocenę 4	Student potrafi charakteryzować oraz propagować zdrowy styl życia wykorzystując narzędzia poznane na zajęciach.
na ocenę 5	Student potrafi samodzielnie zaplanować, opracować i organizować, a także ocenić skuteczność programów profilaktycznych i edukacji zdrowotnej dla różnych środowisk społecznych.

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W13	C1–C3	ĆW1–ĆW6; W1–W3	M1, M2, M4, M5	F1, P1
EK2	A1_W17	C1–C3	ĆW1–ĆW6; W1–W3	M1–M5	F1, P1
EK3	B-D_U5 A1_K10	C1–C3	ĆW2–ĆW6; W1–W3	M1, M2, M5	F1, P1

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Karski J., <i>Praktyka i teoria promocji zdrowia</i> , wyd. V, Warszawa 2011.
2.	Woynarowska B., <i>Edukacja zdrowotna</i> , PWN, Warszawa 2008.
3.	Borzucka-Sitkiewicz K., <i>Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna</i> , IMPULS, Kraków 2006.

b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Woynarowska B., <i>Zdrowie i szkoła</i> , PZWL, Warszawa 2000.
2.	Ostrowska A., <i>Styl życia a zdrowie</i> , IFiS PAN, Warszawa 1999.
3.	Shields M., Tremblay M. S., <i>Sedentary behaviour and obesity</i> , „Health Reports” 2008, Vol 19, No 2; 19–30.
4.	Patrick K., Norman G. J., Calfas K. J. et. al., <i>Diet, physical activity and sedentary behaviors as risk factors for overweight in adolescence</i> , „Arch Pediatr Adolesc Med.” 2004, Vol 158, 385–390.
5.	Strony WWW: https://www.ore.edu.pl/2010/06/edukacja-zdrowotna-2/ https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna https://www.who.int/topics/health_education/en/

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)