

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

**Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej**

**Kierunek: SPORT**

**KARTA PRZEDMIOTU**

**Nazwa przedmiotu:** Medycyna Sportu

**Kod przedmiotu:** WNoKF\_SP\_1\_O\_11\_s

**Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł:** Zakład Medycyny Sportu i Traumatologii

*Akademia Wychowania Fizycznego  
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu*

**Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:**

dr Przemysław Lutomski

**Osoby prowadzące przedmiot:**

1. mgr Filip Orłowski
2. mgr Maciej Jurasz
3. dr Przemysław Lutomski

**Data opracowania:** 30.08.2024

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	STUDIA STACJONARNE			
Stopień studiów	STUDIA PIERWSZEGO STOPNIA			
Profil	PRAKTYCZNY			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów/semestr	rok 3, semestr 5			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	25	20		
Liczba punktów ECTS	4			

## 2. Cele przedmiotu

C01	Nauczanie teoretycznych podstaw diagnostyki niekorzystnych następstw zdrowotnych mogących pojawić się podczas sportowej aktywności fizycznej
C02	Nauczanie postępowania w obrażeniach będącym efektem urazów i przeciążeń w treningu sportowym.
C03	Ukształtowanie etycznej postawy w zakresie walki z dopingiem w sporcie
C04	Wpojenie teoretycznych i praktycznych zasad współpracy trenera, nauczyciela z fizjoterapeuta i lekarzem sportowym w zapobieganiu chorobom i zmianom przeciążeniowym w treningu sportowym.

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

- a) Znajomość podstaw anatomii prawidłowej oraz fizjologii człowieka

## 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 kierunku studiów	Odniesienie do charakterystyk pierwszego stopnia uczenia się PRK
EK1	Absolwent zna i rozumie skutki aktywności fizycznej dla organizmu ludzkiego, umie dokonać oceny aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w procesie treningowym sportowców.	K_W03	P6S_WG
EK2	Absolwent potrafi prezentować i wyjaśniać problemy z zakresu ochrony zdrowia sportowca i rehabilitacji poprzez sport na różnych etapach zaawansowanie sportowego	K_U03	P6_UW P6_UK
EK3	Absolwent potrafi identyfikować błędy procesu szkoleniowego i zaniedbania w praktyce	K_U06 K_K05	P6_UU P6_KR

## 5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Kwalifikacja do uprawiania sportu, wychowania fizycznego, aktywności rekreacyjnej. Sport osób niepełnosprawnych. Wskazania do korzystania z aktywności ruchowej w celach leczniczych. Wiek, trening sportowy	4
W2	Adaptacja do wysiłków fizycznych. Obraz serca sportowego. Przyczyny nagłych zgonów w sporcie.	3
W3	Aktywność w zmiennym środowisku zewnętrznym. Działania wysokich i niskich temperatur na organizm człowieka. Adaptacja do zmian klimatycznych i stref czasowych.	4
W4	Wybrane zagadnienia z patofizjologii i patologii. Nagłe utraty przytomności, padaczka. Encefalopatia bokserska.	3
W5	Ropne zapalenie skóry u sportowców. Czyrak, ropień i ropowice. Zakażenia grzybicze skóry.	3
W6	Zagadnienia dopingu w sporcie. Organizacja systemu zwalczania dopingu w sporcie, aspekty prawne. Funkcjonowanie Komisji do Zwalczania Dopingu w Sporcie w Polsce.	4
W7	Procedura badań antydopingowych. Lista substancji i metod zakazanych. Substancje zagrażające życiu.	4
	Razem	25
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Ogólne wiadomości o urazach, pojęcie urazu sportowego, przyczyny występowania urazów w poszczególnych dyscyplinach sportowych.	2
ĆW2	Podział urazów sportowych. Zapalenia mięśni, ścięgien, więzadeł, kaletek maziowych i błon maziowych stawów. Przeciążenia w narządzie ruchu.	2
ĆW3	Urazy tkanek miękkich: krwiaki, stłuczenia, uszkodzenie jednostki mięśniowo -ścięgnistej. Zerwanie ścięgna Achillesa.	2
ĆW4	Entezopatie, zapalenie, ścięgna Achillesa, rozciągnięcia podszwawego. Uszkodzenia w treningu biegowym.	2
ĆW5	Stany przemęczenia i przetrenowania. Odnowa biologiczna w sporcie. Profilaktyka urazów sportowych.	2
ĆW6	Desmurgia, taping, bracing w medycynie sportowej.	2
ĆW7	Postępowanie rehabilitacyjne po urazach sportowych i zabiegach operacyjnych stosowanych w traumatologii sportowej.	2
ĆW8	Anemia sportowców, biegunki u biegaczy. Wysiłek fizyczny a choroby infekcyjne.	2
ĆW9	Cukrzyca a wysiłek sportowy	2
ĆW10	Różne formy rozluźniania powięziowego po zakończonej aktywności fizycznej	1
ĆW11	Kolokwium	1
	Razem	20

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Prezentacja multimedialna
M2	Wykład z elementami dyskusji
M3	Zadania – ćwiczenia praktyczne

## 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	45
Konsultacje przedmiotowe	
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	50
Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji	
Przygotowanie do egzaminu	5
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>102</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	4

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Zaliczenie praktyczne
----	-----------------------

### b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie pisemne w formie testu
----	-----------------------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Obecność na zajęciach wg obowiązujących minimów godzinowych
- Uzyskanie minimum oceny dostatecznej z testu końcowego
- Zaliczenie zajęć praktycznych

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Absolwent nie zna i nie rozumie skutków aktywności fizycznej dla organizmu ludzkiego, umie dokonać oceny aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w procesie treningowym sportowców.
na ocenę 3	Absolwent zna i rozumie skutki aktywności fizycznej dla organizmu ludzkiego, umie dokonać oceny aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w procesie treningowym sportowców.
na ocenę 4	Absolwent dobrze zna i rozumie skutki aktywności fizycznej dla organizmu ludzkiego, umie dokonać oceny aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w procesie treningowym sportowców.
na ocenę 5	Absolwent bardzo dobrze zna i rozumie skutki aktywności fizycznej dla organizmu ludzkiego, umie dokonać oceny aktywności fizycznej i sprawności fizycznej w procesie treningowym sportowców.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Absolwent nie potrafi prezentować i wyjaśniać problemy z zakresu ochrony zdrowia sportowca i rehabilitacji poprzez sport na różnych etapach zaawansowanie sportowego
na ocenę 3	Absolwent potrafi prezentować i wyjaśniać problemy z zakresu ochrony zdrowia sportowca i rehabilitacji poprzez sport na różnych etapach zaawansowanie sportowego
na ocenę 4	Absolwent dobrze potrafi prezentować i wyjaśniać problemy z zakresu ochrony zdrowia sportowca i rehabilitacji poprzez sport na różnych etapach zaawansowanie sportowego
na ocenę 5	Absolwent bardzo dobrze potrafi prezentować i wyjaśniać problemy z zakresu ochrony zdrowia sportowca i rehabilitacji poprzez sport na różnych etapach zaawansowanie sportowego

<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Absolwent nie potrafi identyfikować błędów procesu szkoleniowego i zaniedbania w praktyce
na ocenę 3	Absolwent potrafi identyfikować błędy procesu szkoleniowego i zaniedbania w praktyce
na ocenę 4	Absolwent dobrze potrafi identyfikować błędy procesu szkoleniowego i zaniedbania w praktyce
na ocenę 5	Absolwent bardzo dobrze potrafi identyfikować błędy procesu szkoleniowego i zaniedbania w praktyce

### 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W03	C01-04	W1-7, ĆW1-11	M1-3	F1, P1
EK2	K_U03	C01-04	W1-7, ĆW1-11	M1-3	F1, P1
EK3	K_U06 K_K05	C01-04	W1-7, ĆW1-11	M1-3	F1, P1

### 11. Wykaz literatury

#### a. Literatura podstawowa

Lp.	
1	Jegier A, Nazar K, Dziak A ;Medycyna Sportowa, Wydawnictwo Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej, W-wa 2005
2	Dziak A , Tayara S ;Urazy i uszkodzenia w sporcie Wydawnictwo Kasper, Kraków 2000,
3	Jegier A "dozwolone i niedozwolone wspomaganie zdolności wysiłkowych człowieka, Wydawnictwo Polskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej,2007

#### b. Literatura uzupełniająca

Lp.	
1	Górski J red.; Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego . Wydawnictwo Lekarskie PZWL ,2011
2	Periodyki w ramach samokształcenia: Medycyna Sportowa, Sport wyczynowy, Medycyna Sportowa

*im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu*