

|  |  |  |  |            |
|--|--|--|--|------------|
| <b>AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO</b>  |  |  |  |            |
| <b>im. JERZEGO KUKUCZKI w KATOWICACH</b>   |  |  |  |            |
| <b>Kierunek studiów: FIZJOTERAPIA</b>  |  |  |  |            |
| <b>poziom drugi</b>  |  |  |  |            |
| <b>tytuł zawodowy absolwenta: magister</b>   |  |  |  |            |
| <b>Profil kształcenia: ogólnie akademicki</b>  |  |  |  |            |
| <b>Moduł / przedmiot: PZ7</b>  |  | obowiązkowy                                  | <b>X</b>   | wybieralny |
| <b>Adaptowana Aktywność Ruchowa</b>  |  | (O)  |  | (W)        |
| Adaptation Physical Activity   |  |  |  |            |
| <b>Liczba godzin w semestrze</b>   | I rok  |  | II rok   |            |
|  | 1 semestr  | 2 semestr                                    | 3 semestr  | 4 semestr  |
| Studia stacjonarne   | O<br>78 godzin<br>13w/39ćw=52k<br>26bk   |  |  |            |
| Studia niestacjonarne  | O<br>78 godzin<br>13w/26ćw=39k<br>39bk   |  |  |            |
| Katedra Kinezyterapii i Metod Specjalnych Fizjoterapii<br>Zakład Adaptowanej Aktywności Ruchowej i Promocji Zdrowia  |  |  |  |            |
| <b>Koordynator przedmiotu</b>  | dr hab. Andrzej Myśliwiec  |  |  |            |
| <b>wykładowcy</b>  | dr Damian Kania, mgr Katarzyna Rybok, mgr Grzegorz Mikołajewski  |  |  |            |
| <b>JĘZYK</b>   | polski   |  |  |            |
| <b>FORMA ZAJĘĆ</b>   | wykłady/ćwiczenia/samodzielna praca bez kontaktu z nauczycielem  |  |  |            |
| <b>ECTS</b>  | <b>3</b>   | <b>FORMA ZALICZENIA: zaliczenie na ocenę</b> |  |            |
| <b>CELE PRZEDMIOTU</b>   | <b>C1.</b> Przygotowanie studenta do prowadzenia zajęć aktywności adaptowanej z osobami z różnym rodzajem niepełnosprawności<br><b>C2.</b> Przygotowanie studenta do bezpiecznego i wszechstronnego prowadzenia zajęć ruchowych dla osób z różnego rodzaju niepełnosprawnością<br><b>C3.</b> Przygotowanie i nauczanie studenta prowadzenia zajęć z aktywnej jazdy na wózku z osobą niepełnosprawną. |  |  |            |
| <b>EFEKTY KSZTAŁCENIA</b>  |  |  | <b>SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW KSZTAŁCENIA</b>                                       |            |
| <b>Wiedza:</b><br><b>K_W16</b><br>Zna cele aktywności ruchowej osób niepełnosprawnych. Zna problemy wynikające z aktywności ruchowej osób niepełnosprawnych, osób w wieku starszym oraz w różnych stanach patologicznych. Potrafi wymienić i opisać różne formy adaptowanej aktywności ruchowej w procesie kompleksowej rehabilitacji. |  |  | <b>Wiedza:</b><br>test wyboru na ocenę   |            |
| <b>Umiejętności:</b><br><b>K_U05</b><br>Potrafi dobrać i uzasadnić odpowiednią formę aktywności  |  |  | <b>Umiejętności:</b><br>zaliczenie demonstracji jazdy na wózku inwalidzkim na ocenę, |            |

|   |   |
|---|---|
| <p>ruchowej dla osób ze specjalnymi potrzebami.</p> <p><b>K_U20</b><br/>Posiada umiejętność organizacji różnych form zajęć rekreacyjnych z osobami niepełnosprawnymi.</p> <p><b>K_U22</b><br/>Potrafi zademonstrować i nauczyć różnych form ruchowych z zakresu adaptowanej aktywności ruchowej.</p> <p><b>K_U23</b><br/>Utrzymuje sprawność fizyczną potrzebną do poprawnego demonstrowania i przeprowadzania zajęć rekreacyjnych, zdrowotnych z osobami chorymi i niepełnosprawnymi.</p> <p><b>Kompetencje społeczne:</b></p> <p><b>K_K04</b><br/>Potrafi podejmować samodzielne decyzje i brać za nie odpowiedzialność.</p> <p><b>K_K08</b><br/>Wykazuje ostrożność i zapobiegliwość w realizacji działań zawodowych.</p> <p><b>K_K11</b><br/>Wykazuje prozdrowotny i higieniczny styl życia</p> | <p>samodzielne przygotowanie programu aktywności dostosowanej dla osób z różnym rodzajem dysfunkcji,<br/>odpowiedź ustna lub kolokwium z części materiału</p> <p><b>Kompetencje społeczne:</b><br/>obserwacja studenta trakcie zajęć, zaświadczenia o uczestnictwie w zawodach sportowo-rekreacyjnych</p> |
|---|---|

**NAKŁAD PRACY STUDENTA**  
(w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)\*\*

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Studia stacjonarne</b><br/>udział w wykładach - 12<br/>udział w ćwiczeniach - 38<br/>udział w ćwiczeniach klinicznych<br/>przygotowanie do ćwiczeń/ćwiczeń klinicznych - 21<br/>przygotowanie do egzaminu - 5<br/>realizacja zadań projektowych<br/>e-learning<br/>egzamin/zaliczenie - 2<br/>inne (określ jakie)</p> <p><b>RAZEM: 78</b></p> | <p><b>Studia niestacjonarne</b><br/>udział w wykładach - 12<br/>udział w ćwiczeniach – 25<br/>udział w ćwiczeniach klinicznych<br/>przygotowanie do ćwiczeń/ćwiczeń klinicznych 34<br/>przygotowanie do egzaminu -5<br/>realizacja zadań projektowych<br/>e-learning<br/>egzamin/zaliczenie -2<br/>inne (określ jakie)</p> <p><b>RAZEM: 78</b></p> |
|---|--|

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>WARUNKI WSTĘPNE</b> | <p>WW1 wiedza i umiejętności z zakresu metodyki i systematyki ćwiczeń fizycznych</p> <p>WW2 wiedza i umiejętności z zakresu klinicznych podstaw fizjoterapii</p> |
|------------------------|--|

**TREŚCI PROGRAMOWE**

| nr | TREŚĆ ZAJĘĆ  | liczba godzin |    |     |    |
|----|--|---------------|----|-----|----|
|    |  | ST            | BK | NST | BK |
| W1 | Wprowadzenie do aktywności adaptowanej. Aktywność fizyczna osób niepełnosprawnych  | 2             |    | 2   |    |
| W2 | Zagrożenia cywilizacyjne oraz aktywność adaptowana osób z chorobami układu krążeniowo-oddechowego.   | 2             |    | 2   |    |
| W3 | Zasady prowadzenia zajęć aktywności adaptowanej z osobami z niepełnosprawnością narządu ruchu. Omówienie parametrów technicznych wózka aktywnego i sportowego. | 3             |    | 3   |    |
| W4 | Zasady prowadzenia zajęć ruchowych z osobami z niepełnosprawnością intelektualną i afektywną. Realizacja programu MATP OS.                                     | 3             |    | 3   |    |
| W5 | Zasady bezpieczeństwa i organizacji zajęć dla osób z niepełnosprawnością sensoryczną.  | 2             |    | 2   |    |

|  |  |    |    |    |    |
|--|--|----|----|----|----|
| CW1                                      | Zabawowe formy rekreacji ruchowej osób z różnego rodzaju niepełnosprawnością. Zasady organizacji i bezpieczeństwa zajęć ruchowych.   | 1  |    | 1  |    |
| ĆW2                                      | Zasady organizacji zajęć rekreacyjnych dla osób niepełnosprawnych  | 2  |    | 2  |    |
| CW3                                      | Zabawy ruchowe kształtujące zdolności motoryczne   | 3  | 2  | 1  | 4  |
| CW4                                      | Aktywność adaptowana osób z chorobami układu krążenia  | 3  |    | 2  |    |
| ĆW5                                      | Aktywność adaptowana osób z niepełnosprawnością narządu ruchu.   | 3  |    | 1  |    |
| CW6                                      | Metodyka zajęć aktywności adaptowanej dla osób z niepełnosprawnością sensoryczną   | 2  |    | 2  |    |
| ĆW7                                      | Wykorzystanie form artystycznych w aktywności adaptowanej  | 3  |    | 3  |    |
| ĆW8                                      | Zasady wykorzystania marszu z kijami w realizacji zadań aktywności adaptowanej dla osób niepełnosprawnych  | 3  |    | 3  |    |
| ĆW9                                      | Aktywność adaptowana osób w wieku starszym   | 3  | 4  | 1  | 5  |
| ĆW10                                     | Omówienie parametrów technicznych wózka aktywnego. Jazda w balansie.   | 3  |    | 2  |    |
| ĆW11                                     | Technika jazdy na przeszkodach niskich   | 3  |    | 1  | 5  |
| ĆW12                                     | Technika jazdy na przeszkodach wysokich  | 3  |    | 2  |    |
| ĆW13                                     | Doskonalenie jazdy na wózku.   | 3  |    | 3  |    |
| ĆW14                                     | Zaliczenie technik demonstracyjnych jazdy na wózku   | 3  | 5  | 1  | 10 |
| ĆW/W                                     | Podsumowanie procesu dydaktycznego. Zaliczenie testowe.  | 2  | 5  | 2  | 5  |
| BK                                       | udział w charakterze obserwatora lub czynne uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych lub zawodach sportowych dla osób niepełnosprawnych  |    | 10 |    | 10 |
|  | <b>PODSUMOWANIE</b>  | 52 | 26 | 39 | 39 |
| <b>LITERATURA PODSTAWOWA</b>             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bramboszcz J.: Rehabilitacja kardiologiczna. Wyd. Elipsa Janim, 2005;</li> <li>2. Kowalik S.(red.): Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Dostosowana aktywność ruchowa. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 2009;</li> <li>3. Tasiemski T.: Urazy rdzenia kręgowego. Trening samoobsługi i techniki jazdy wózkiem inwalidzkim. FAR, Warszawa, 2000;</li> <li>4. Gawlik K., Zwierzchowska A.: Wychowanie fizyczne niewidomych i słabo widzących. Podręcznik dla studentów. AWF, Katowice, 2004;</li> <li>5. Gawlik K., Zwierzchowska A.: Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną. Podręcznik dla studentów. AWF, Katowice, 2004;</li> <li>6. Zwierzchowska A., Gawlik K.: Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży niesłyszącej i słabosłyszącej. Podręcznik dla studentów. AWF, Katowice, 2005;</li> </ol> |    |    |    |    |
| <b>LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA</b>          | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nowotny J.(red.): Edukacja i reedukacja ruchowa. Wyd. „Kasper”, Kraków, 2003;</li> </ol>   |    |    |    |    |
| <b>METODY NAUCZANIA</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład</li> <li>- ćwiczenia ruchowe</li> </ul>  |    |    |    |    |
| <b>POMOCE NAUKOWE</b>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- rzutnik multimedialny</li> <li>- wózki aktywne</li> <li>- makiety przeszkód</li> <li>- podstawowy sprzęt sportowy</li> </ul>  |    |    |    |    |
| <b>PROJEKT (o ile jest realizowany w</b> |  |    |    |    |    |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| ramach modułu zajęć)      |   |
| <b>FORMA ZALICZENIA</b>   | zaliczenie na ocenę   |
| <b>WARUNKI ZALICZENIA</b> | <p><b>W1-5, ĆW 1 - 10</b><br/>Test na ocenę – 20 pytań,</p> <p>min - <b>11 -12 pkt.</b> ocena dostateczna (3.0)<br/> <b>13- 14 pkt.</b> ocena dostateczna plus (3,5)<br/> <b>15 – 16 pkt.</b> ocena dobra (4.0)<br/> <b>17 - 18 pkt.</b> ocena dobra plus (4,5)<br/> <b>19 - 20 pkt.</b> ocena bardzo dobra (5.0)</p> <p><b>ĆW 1-3</b><br/>odpowiedź ustna lub kolokwium sprawdzające</p> <p><b>ĆW4-9</b><br/>przygotowanie programu aktywności adaptowanej w różnych jednostkach klinicznych, obserwacja studenta w trakcie zajęć</p> <p><b>ĆW 8 -</b> zaliczenie Nordic Walking<br/>student ma do opanowania umiejętność prawidłowej demonstracji marszu z kijkami, marszu 3/1, biegu.</p> <p><b>Kryteria oceny:</b><br/> <b>5,0</b> - student powinien wykonać całość ćwiczenia prawidłowo, z zachowaniem harmonii ruchów, prawidłowej pracy ramion, rąk, kończyn dolnych oraz tułowia, prawidłowy rytm kroku, płynne zmiany w poszczególnych ćwiczeniach.<br/> <b>4,5</b> - student prezentuje techniki w prawidłowy sposób w poszczególnych elementach chodu. Dopuszcza się drobne błędy w zakresie płynności zmiany poszczególnych elementów. Koordynacja ruchów powinna być prawidłowa<br/> <b>4,0</b> - dopuszcza się pojedyncze błędy w technice pracy rąk lub ramion z zachowaniem prawidłowej koordynacji kończyn i tułowia<br/> <b>3,5</b> - dopuszcza się dwukrotne rozpoczęcie ruchu, drobne zaburzenia koordynacyjne nie wpływające na rytm ćwiczenia<br/> <b>3,0</b> - student potrafi zademonstrować poszczególne ćwiczenia samodzielnie z błędami nie wpływającymi na ogólny wzorzec ćwiczenia.</p> <p><b>ĆW 11 – 13</b><br/>Zaliczenie demonstracji techniki jazdy i asekuracji na wózku.</p> <p><b>Kryteria oceny:</b><br/> <b>5,0</b> – swobodny, płynny przejazd przez tor przeszkód.<br/>wymagane elementy: chodnik/próg/tarka/ wjazd i zjazd z pochylni/chody przodem bądź tyłem przy poręczy. Bezpieczna asekuracja wózka.<br/> <b>4,5</b> - student prezentuje techniki w prawidłowy sposób, pokonując poszczególne przeszkody, lecz dopuszcza się drobnych błędów w zakresie płynności i skuteczności przejazdu. Bezpieczna asekuracja wózka.<br/> <b>4.0</b> - dopuszcza się pojedyncze błędy w technice przejazdu i opanowania wózka aktywnego, przejazd nieharmonijny. Bezpieczna asekuracja wózka.<br/> <b>3,5</b> - dopuszcza się dwukrotne podejście do przeszkody w razie niepowodzenia (oceniany lepszy przejazd), opanowanie techniki jazdy w stopniu powyżej dostatecznego, drobne zaburzenia koordynacyjne. Dobrze opanowany balans. Bezpieczna asekuracja wózka.<br/> <b>3.0</b> - dopuszcza się dwukrotne podejście do przeszkody w razie niepowodzenia (oceniany lepszy przejazd), przejazd chaotyczny, brak w pełni opanowanej techniki jazdy i balansu. Bezpieczna asekuracja wózka.</p> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p><b>Praca pisemna:</b><br/> Ilość stron - 4-6<br/> Czcionka Times New Roman / rozmiar czcionki -12<br/> Wstęp ( opis jednostki chorobowej/ niepełnosprawności/ dysfunkcji)<br/> Wskazania i przeciwwskazania do podjęcia pracy w ramach AAR dla wybranej jednostki chorobowej.<br/> Opis możliwych form adaptowanej aktywności oraz krótki konspekt zajęć dla wybranej dysfunkcji.<br/> Wnioski i podsumowanie</p> <p><b>BK</b><br/> potwierdzony udział w zajęciach rekreacyjnych lub zawodach sportowych dla osób niepełnosprawnych oraz sprawozdanie z uczestnictwa</p> |
|--|--|

**ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KSZTAŁCENIA**

| <b>kod efektu kształcenia</b> | <b>obszar kształcenia</b> | <b>treści programowe</b> | <b>cel przedmiotu</b> | <b>sposób oceny</b> |
|-------------------------------|---------------------------|--------------------------|-----------------------|---------------------|
| <b>K_W16</b>                  | <b>M2_W06</b>             | <b>W1-5, ĆW1-2</b>       | <b>C1</b>             | <b>T,O</b>          |
| <b>K_U05</b>                  | <b>M2_U03</b>             | <b>ĆW 4-6</b>            | <b>C1</b>             | <b>P</b>            |
| <b>K_U20</b>                  | <b>M2_U10</b>             | <b>ĆW1-3</b>             | <b>C1</b>             | <b>O,W</b>          |
| <b>K_U22</b>                  | <b>M2_U11</b>             | <b>ĆW 7-14</b>           | <b>C2</b>             | <b>P,U</b>          |
| <b>K_U23</b>                  | <b>M2_U11</b>             | <b>ĆW 7-14</b>           | <b>C2</b>             | <b>P,U</b>          |
| <b>K_K04</b>                  | <b>M2_K04</b>             | <b>ĆW 4-6</b>            | <b>C2</b>             | <b>P,Z</b>          |
| <b>K_K08</b>                  | <b>M2_K07</b>             | <b>ĆW 7-14</b>           | <b>C3</b>             | <b>U,Z</b>          |
| <b>K_K11</b>                  | <b>M2_K09</b>             | <b>ĆW-7-14</b>           | <b>C3</b>             | <b>U</b>            |

T - test

P – ocena programu usprawniania, praca pisemna

O – odpowiedź ustna lub kolokwium

U – sprawdzian umiejętności praktycznych

W – wolontariat, udział lub uczestnictwo w zajęciach dla osób niepełnosprawnych

Z – zeszyt obserwacji studenta