

# KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

## Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Aktywność fizyczna jako forma rewalidacji osób niepełnosprawnych	
114/P/1/ST/B <sub>2</sub> 1b			Fitness as a form of revalidation of disabled people	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2021/2022		
Kierunek		Wychowanie Fizyczne		
w zakresie		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		studia stacjonarne		
Semestr / semestry		semestr drugi letni		
Przynależność do grupy zajęć		B 2. Grupa zajęć kierunkowych - do wyboru		
Status przedmiotu		Do wyboru		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS
		Wykład	[h]	3 ECTS
		Zajęcia praktyczne	30 [h]	
		...	...	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		3 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.		0 ECTS
	z dyscypliną	Wychowanie Fizyczne		3 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne				
Jednostka prowadząca		Katedra Kultury Fizycznej		
Koordynator		dr Robert Makuch		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		r.makuch@uthrad.pl, tel. (48) 506 842 222		

**EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ**

Cel kształcenia:	Opanowanie wiedzy i umiejętności praktycznego doboru różnych form aktywności ruchowej, prowadzenia zajęć rekreacyjnych z osobami niepełnosprawnymi, programowania aktywności fizycznej, jako formy rewalidacji osób niepełnosprawnych.
Treści programowe:	<p><b>ĆWICZENIA</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aktywność ruchowa adaptacyjna jako istotny czynnik rehabilitacji niepełnosprawnych.</li> <li>2. Umiejętności ruchowe, ich miejsce i rola w aktywności fizycznej człowieka zdrowego i niepełnosprawnego.</li> <li>3. Sport osób niepełnosprawnych.</li> <li>4. Formy, metody i środki aktywności ruchowej i adaptacyjnej.</li> <li>5. Zajęcia w wodzie.</li> <li>6. Gimnastyka funkcjonalna.</li> <li>7. Aktywność ruchowa, jako czynnik zapobiegający powstawaniu lub rozwojowi chorób cywilizacyjnych.</li> <li>8. Programowanie aktywności ruchowej adaptacyjnej w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności ruchowej osób w poszczególnych grupach wiekowych.</li> <li>9. Charakterystyka wybranych form rekreacji fizycznej i turystyki osób starszych.</li> <li>10. Definicja, klasyfikacje i skutki otyłości. Zasady programowania aktywności ruchowej w dążeniu do redukcji nadmiernej masy ciała.</li> <li>11. Trening mobilności i propriocepcji.</li> <li>12. FMS – funkcjonal movement system, jako przydatne narzędzie diagnostyczne do oceny możliwości funkcjonalnych pacjenta.</li> <li>13. Formy muzyczno-taneczne jako dodatkowy element terapii.</li> <li>14. Poznanie podstawowych zasad ćwiczeń „Zdrowy kręgosłup”.</li> <li>15. Programowanie aktywności ruchowej adaptacyjnej osobom z różnymi dysfunkcjami.</li> </ol>
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>Metody:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ metody podające: pogadanka, objaśnienie;</li> <li>➤ metody aktywizujące: dyskusja dydaktyczna;</li> <li>➤ metody eksponujące: pokaz;</li> <li>➤ metody programowane: z wykorzystaniem komputera;</li> <li>➤ metody poszukujące: problemowe (sytuacyjna, burza mózgów), ćwiczeniowo – praktyczne (ćwiczeniowa, obserwacji);</li> <li>➤ metody realizacji zadań ruchowych: reproduktywne, proaktywne, problemowe;</li> <li>➤ metody nauczania czynności ruchowych: syntetyczna, analityczna, mieszana.</li> </ul>
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów uczenia się określonych dla przedmiotu. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć wchodzących w skład danego przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi. Sposób obliczenia oceny końcowej z przedmiotu przedstawia się następująco:</p> <p><b>Warunki i sposób zaliczenia:</b></p> <p><b>1. Zaliczenie teoretyczne - (test wielokrotnego wyboru) 30%.</b></p> <p><b>2. Aktywne uczestnictwo w zajęciach - (20%).</b>  <i>Dopuszcza się 1 nieobecność nieusprawiedliwioną, ocena systematyczności uczęszczania na zajęcia (tylko ze swoją grupą): 100% obecności 5.0 ocena częściowa do oceny końcowej, 1 nieobecność 4.0 ocena częściowa do oceny końcowej, nieobecności 2.0 ocena częściowa do oceny końcowej (brak zaliczenia przedmiotu), 50% nieobecności (usprawiedliwionych i nieusprawiedliwionych) = 2.0nkl (powtarzanie przedmiotu), w przypadku choroby - zwolnienie L-4 (nie zaświadczenie), natomiast kariery zawodniczej - indywidualny tok studiów (przedłożony na pierwszych zajęciach i wymagane 50% obecności, zaliczenie razem z grupą).</i></p> <p><b>3. Zaliczenie praktyczne przedmiotu - (50%).</b>  <b>Umiejętność samodzielnego prowadzenia wybranej aktywności ruchowej.</b>  <b>Składowe oceny:</b>          ➤ ocena poprawności przygotowania scenariusza aktywności ruchowej (według wzoru) i przesłanie 2 dni przed prowadzeniem oraz dostarczenie scenariusza w wersji papierowej w dniu prowadzenia (ocena częściowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5), brak przesłania scenariusza 2 dni przed prowadzeniem oraz</p>

	<p>brak wersji papierowej oznacza niezaliczenie przedmiotu (30%).,</p> <p>➤ ocena prowadzonych zajęć <u>przez kolegów</u> przy pomocy arkusza hospitacyjnego (według wzoru) liczy się do średniej oceny końcowej przez 4 hospitujących studentów (ocena cząstkowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5), ocena cząstkowa wystawiona przez studenta odbiegająca od oceny prowadzącego o 0,5 stopnia oznacza niezaliczenie hospitacji (20%).,</p> <p>➤ ocena prowadzonych zajęć <u>przez prowadzącego</u>, która liczy się do średniej oceny końcowej (ocena cząstkowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5) - (50%).</p>
--	---

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Posiada podstawową wiedzę z zakresu aktywności fizycznej jako formy rewalidacji osób niepełnosprawnych	K_WG01 K_WG03 K_WK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja Scenariusz prowadzenia
U1	Potrafi dobrać dyscypliny sportowe, zaplanować trening dla osób niepełnosprawnych z różnymi dysfunkcjami i w różnym wieku	K_UW01 K_UO05 K_UO06	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
K1	Zna poziom niepełnosprawności i dysfunkcji powierzonych osób i dostosowuje swoje działania zgodnie z możliwością pełnego zapewnienia im bezpieczeństwa	K_KK01 K_UO06	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
<p><b>Literatura podstawowa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Morgulec- Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów. Warszawa 2014, Wyd. 1.</li> <li>2. Suchanowski A., Okulczyk K. Aktywność Ruchowa Adaptacyjna. Skrypt dla studentów studiów magisterskich kierunku fizjoterapia. Gdańska 2012.</li> <li>3. Morgulec- Adamowicz N., Kosmol A. (2008) Wprowadzenie do adaptowanej aktywności fizycznej (APA) [w:] A. Kosmol (red.) Teoria i praktyka osób niepełnosprawnych. Warszawa: Wyd. AWF.</li> <li>4. Migasiewicz J., Bolach E.: Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych. AWF Wrocław 2004.</li> </ol> <p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bahrynowska-Fic J. Właściwości i metodyka ćwiczeń fizycznych oraz sport inwalidzki. PZWL Warszawa 1999.</li> <li>2. Biniakiewicz B. (2009): Pedagogiczne modele aktywności ruchowej [w:] S. Kowalik (red.), Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.</li> <li>3. Kowalik S. (2009a) wykorzystanie ruchu w rehabilitacji osób niepełnosprawnych; historia, idei i jej praktycznych zastosowań [w:] S. Kowalik (red.) Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.</li> <li>4. Nowotny J. (2003): Edukacja i redukcja ruchowa. Kraków: Wyd. „Kasper”</li> <li>5. Patkiewicz J. (2004a) Ekstremalne formy turystyki osób niepełnosprawnych [w:] J. Migasiewicz, E. Bolach (red.) Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych. Wrocław: AWF.</li> <li>6. Sherrill C. (1998): Adapted physical activity, recreation and sport. New York: McGraw-Hill.</li> </ol> <p><b>Pomoce naukowe:</b> różnorodne środki dydaktyczne (np. piłki nożne, znaczniki, pachołki itp.), rzutnik multimedialny.</p>	

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... wykładach	X	X	[h]
Udział w zajęciach praktycznych	X	X	30 [h]

Udział w konsultacjach	8 [h]	X	X
Przygotowanie do zajęć, Przygotowanie do zaliczenia	[h]	37 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	8 [h]/ 0,32 ECTS	37 [h]/1,48 ECTS	30 [h]/ 1,2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	3 ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi