

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Aktywność fizyczna jako forma rewalidacji osób niepełnosprawnych	
114/P/1/ST/B ₂ 1b			Fitness as a form of revalidation of disabled people	
Język wykładowy		j. polski		
Rok akademicki		2023/2024		
Kierunek w zakresie		Wychowanie fizyczne		
		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		Studia I stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		semestr drugi letni		
Przynależność do grupy zajęć		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>Zajęcia praktyczne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aktywność ruchowa adaptacyjna jako istotny czynnik rehabilitacji niepełnosprawnych. 2. Umiejętności ruchowe, ich miejsce i rola w aktywności fizycznej człowieka zdrowego i niepełnosprawnego. 3. Sport osób niepełnosprawnych. 4. Formy, metody i środki aktywności ruchowej i adaptacyjnej. 5. Zajęcia w wodzie. 6. Gimnastyka funkcjonalna. 7. Aktywność ruchowa jako czynnik zapobiegający powstawaniu lub rozwojowi chorób cywilizacyjnych. 8. Programowanie aktywności ruchowej adaptacyjnej w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności ruchowej osób w poszczególnych grupach wiekowych. 9. Charakterystyka wybranych form rekreacji fizycznej i turystyki osób starszych. 10. Definicja, klasyfikacje i skutki otyłości. Zasady programowania aktywności ruchowej w dążeniu do redukcji nadmiernej masy ciała. 11. Trening mobilności i propriocepcji. 12. FMS – funkcjonal movement system jako przydatne narzędzie diagnostyczne do oceny możliwości funkcjonalnych pacjenta. 13. Formy muzyczno-taneczne jako dodatkowy element terapii. 14. Poznanie podstawowych zasad ćwiczeń „Zdrowy kręgosłup”. 15. Programowanie aktywności ruchowej adaptacyjnej osobom z różnymi dysfunkcjami.
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>Metody:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ metody podające: pogadanka, objaśnienie; ➤ metody aktywizujące: dyskusja dydaktyczna; ➤ metody eksponujące: pokaz; ➤ metody programowane: z wykorzystaniem komputera; ➤ metody poszukujące: problemowe (sytuacyjna, burza mózgów), ćwiczeniowo – praktyczne (ćwiczeniowa, obserwacji); ➤ metody realizacji zadań ruchowych: reproduktywne, proaktywne, problemowe; ➤ metody nauczania czynności ruchowych: syntetyczna, analityczna, mieszana.
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>Warunki i sposób zaliczenia:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zaliczenie teoretyczne - (test wielokrotnego wyboru) 30%. 2. Aktywne uczestnictwo w zajęciach - (20%). 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 - indywidualany tok studiów (przedłożony na pierwszych zajęciach i wymagane 50% obecności, zaliczenie razem z grupą). 3. Zaliczenie praktyczne przedmiotu - (50%). Umiejętność samodzielnego prowadzenia wybranej aktywności ruchowej. Składowe oceny: ➤ 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 brak wersji papierowej oznacza niezaliczenie przedmiotu (30%).

	<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	zaliczenie na ocenę	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	zaliczenie na ocenę	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	zaliczenie na ocenę	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Morgulec- Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów. Warszawa 2014, Wyd. 1. 2. Suchanowski A., Okulczyk K. Aktywność Ruchowa Adaptacyjna. Skrypt dla studentów studiów magisterskich kierunku fizjoterapia. Gdańska 2012. 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. 4. Migasiewicz J., Bolach E.: Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych. AWF Wrocław 2004. <p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bahrynowska-Fic J. Właściwości i metodyka ćwiczeń fizycznych oraz sport inwalidzki. PZWL Warszawa 1999. 2. Biniakiewicz B. (2009): Pedagogiczne modele aktywności ruchowej [w:] S. Kowalik (red.), Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. 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. 4. Nowotny J. (2003): Edukacja i redukcja ruchowa. Kraków: Wyd. „Kasper” 5. Patkiewicz J. (2004a) Ekstremalne formy turystyki osób niepełnosprawnych [w:] J. Migasiewicz, E. Bolach (red.) Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych. Wrocław: AWF. 6. Sherrill C. (1998): Adapted physical activity, recreation and sport. New York: McGraw-Hill. <p>Pomoce naukowe: 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
<p>W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów.</p> <p>Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.</p>