

**KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)<sup>1</sup>**  
**OPIS PRZEDMIOTU**

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Podstawy terapii manualnej	
0912/URad/WNMinOZ/ST-NST/J4-07			Basics of manual therapy	
Język wykładowy		Polski		
Rok akademicki		2023/2024		
Kierunek w zakresie		Lekarski		
Poziom studiów		Studia jednolite magisterskie		
Profil studiów		Ogólnoakademicki		
Forma studiów		Stacjonarne/Niestacjonarne		
Semestr/ semestry		XII letni		
Przynależność do grupy zajęć		Moduł J: Oferta uczelni J4: Przedmioty z zakresu nauk o zdrowiu		
Status przedmiotu		Do wyboru		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Ćwiczenia	10 h	2 ECTS
		Seminarium	20 h	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów <sup>2</sup>	Przedmiot związany z prowadzoną w Uczelni działalnością naukową i uwzględnia udział studentów w zajęciach przygotowujących do prowadzenia działalności naukowej lub udział w tej działalności.		2 ECTS
	z dyscypliną <sup>3</sup>	Nauki o zdrowiu		2 ECTS
Forma nauczania <sup>4</sup>		Tradycyjna: zajęcia w siedzibie Uczelni		
Wymagania wstępne		Realizacja efektów kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych z poprzednich semestrów studiów.		
Jednostka prowadząca		Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu		
Koordynator		dr Marian Gawinek		
Adres strony internetowej pjo		https://wnminoz.uniwersytetradom.pl/		
Adres e-mail koordynatora		m.gawinek@uthrad.pl		

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

<b>Cel kształcenia:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. W oparciu o wiedzę z zakresu anatomii, umiejętność diagnozowania dolegliwości funkcjonalnych nie wynikających z zaburzeń w strukturze układu ruchu.</li> <li>2. Poszerzenie wiedzy i nabycie praktycznych umiejętności z zakresu technik stosowanych w terapii manualnej.</li> <li>3. Zwrócenie uwagi na powiązania wszystkich narządów układu ruchu i ich wzajemne oddziaływanie.</li> </ol>
<b>Treści programowe: Ćwiczenia</b>	<p><b>Ćwiczenia: 10 h prowadzonych jako 4 ćwiczenia: 3 po 3 h i jedno 1 h.</b></p> <p><b>Celem ćwiczeń jest przybliżenie wiedzy teoretycznej i praktycznej związanej z terapią manualną i zapoznanie z podstawowymi zasadami prowadzenia terapii manualnej</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podstawy teoretyczne terapii manualnej. Szkoły terapii manualnej. Znaczenie diagnostyki w terapii manualnej. Problemy diagnostyczne tkanek miękkich. Badanie wstępne, znaczenie testów czynnych i biernych, wykonywanie testów diagnostycznych (BN).</li> <li>2. Rzutowania bólu i zasady prowadzenia terapii. Badanie palpacyjne mięśni, punkty spustowe tych mięśni, rozluźnianie i stretching. Terapia punktów spustowych i masaż poprzeczny, głęboki i funkcyjny mięśni, ścięgien i więzadeł.</li> <li>3. Mobilizacja stawów kręgosłupa i żeber. Mobilizacja stawów kończyn. Łańcuchy mięśniowo- stawowe.</li> <li>4. Zaliczenie praktyczne na ocenę.</li> </ol>
<b>Treści programowe: Seminarium</b>	<p><b>Seminarium: 20 h prowadzonych jako 7 spotkań: 6 spotkań po 3 h i jedno 2 h.</b></p> <p><b>Celem seminariów jest nauka samodzielnej oceny pacjentów pod względem funkcjonalnym, umiejętność przekazania przygotowanej prezentacji, dobór odpowiednich technik pracy manualnej, analiza przypadków klinicznych, dyskusja.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dolegliwości bólowe szyjnego odcinka kręgosłupa, przyczyny i terapia.</li> <li>2. Dolegliwości bólowe piersiowego odcinka kręgosłupa, przyczyny i terapia.</li> <li>3. Dolegliwości bólowe lędźwiowo- krzyżowego odcinka kręgosłupa, przyczyny i terapia.</li> <li>4. Terapia wg McKenziego.</li> <li>5. Zasady rozluźniania pozycyjnego mięśni. Energizacja mięśni.</li> <li>6. Zasady terapii w cieśni nadgarstka i w ostrodze piętowej.</li> <li>7. Zaliczenie pisemne.</li> </ol>
<b>Metody dydaktyczne:<sup>6</sup></b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Ćwiczenia</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozwiązywanie problemów terapeutycznych.</li> <li>• Prezentacje multimedialne.</li> <li>• Nauka technik terapeutycznych.</li> <li>• Dyskusja.</li> </ul> </li> <li>2. <b>Seminarium</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna na wyznaczony temat- praca własna.</li> <li>• Samodzielna analiza przygotowanego tematu.</li> <li>• Dyskusja przypadków klinicznych, etc.</li> <li>• Rozwiązywanie problemów terapeutycznych.</li> </ul> </li> <li>3. <b>Praca samodzielna</b> Przygotowanie prac własnych, przygotowanie pytań dotyczących omawianych zagadnień.</li> </ol>

<p><b>Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się:</b></p>	<p><i>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych dla przedmiotu efektów uczenia się. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich form zajęć wchodzących w skład przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta przyporządkowanej przedmiotowi liczby punktów ECTS.</i></p> <p><b>1. Ćwiczenia</b></p> <p><i>W celu uzyskania oceny pozytywnej z przedmiotu należy:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frekwencja 100%</li> <li>• brać czynny udział w zajęciach,</li> <li>• uzyskać pozytywną ocenę z zaliczenia praktycznego (60% poprawnych odpowiedzi). W razie niezaliczenia poprawa również w formie praktycznej.</li> </ul> <p><b>2. Seminarium</b></p> <p><i>W celu zaliczenia seminarium należy:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• frekwencja 100%</li> <li>• sporządzić prezentację na jeden z tematów zajęć,</li> <li>• brać czynny merytoryczny udział w dyskusjach,</li> <li>• uzyskać pozytywną ocenę z zaliczenia teoretycznego. W razie niezaliczenia poprawa również w formie pisemnej.</li> </ul> <p><b>3. Przedmiot kończy się zaliczeniem na ocenę</b></p>
<p><b>Sposób obliczania oceny końcowej:</b></p>	<p><i>Sposób obliczenia oceny końcowej (dokładnej) z przedmiotu uwzględniający wszystkie jego formy określony został w Regulaminie studiów (§37-40). Ocena dokładna obliczana jest w systemie Wirtualnej Uczelni na podstawie ocen uzyskanych z poszczególnych form przedmiotu.</i></p> <p><i>Skala ocen dla poszczególnych form zajęć uwzględnianych w obliczeniu oceny dokładnej.</i></p> <p><b>1. Ćwiczenia</b></p> <p><i>Skala ocen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3,0 (dostateczny) - odpowiedź częściowo poprawna na dwa z trzech pytań;</li> <li>• 3,5 (dostateczny plus) – odpowiedź częściowo poprawna na wszystkie trzy pytania;</li> <li>• 4,0 (dobry) – odpowiedź częściowo poprawna na dwa pytania, jedna odpowiedź bez zastrzeżeń;</li> <li>• 4,5 (dobry plus) – odpowiedź częściowo poprawna na jedno pytanie, dwie odpowiedzi bez zastrzeżeń;</li> <li>• 5,0 (bardzo dobry) – poprawna odpowiedź na wszystkie pytania.</li> </ul> <p><i>Ocena końcowa z ćwiczeń: 100% ocena z zaliczenia.</i></p> <p><b>2. Seminarium</b></p> <p><i>Ocena prezentacji- pracy własnej:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3,0 (dostateczny) – prezentacja na temat, spełniająca jeden z pięciu kryteriów oceny: <ul style="list-style-type: none"> <li>1) czas,</li> <li>2) podstawy naukowe,</li> <li>3) przekaz,</li> <li>4) pokaz przygotowanych technik/techniki,</li> <li>5) nauka technik/techniki słuchaczy;</li> </ul> </li> <li>• 3,5 (dostateczny plus) – prezentacja na temat, spełniająca dwa z pięciu kryteriów oceny;</li> <li>• 4,0 (dobry) – prezentacja na temat, spełniająca trzy z pięciu kryteriów oceny;</li> <li>• 4,5 (dobry plus) – prezentacja na temat, spełniająca cztery z pięciu kryteriów oceny;</li> <li>• 5,0 (bardzo dobry) – prezentacja na temat, spełniająca wszystkie z pięciu kryteriów oceny.</li> </ul> <p><i>Ocena zaliczenia teoretycznego:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3,0 (dostateczny) – 60%- 68% punktów z zaliczenia pisemnego,</li> <li>• 3,5 (dostateczny plus) – 69%- 77% punktów,</li> <li>• 4,0 (dobry) – 78%- 84% punktów,</li> <li>• 4,5 (dobry plus) – 85%- 93% punktów,</li> <li>• 5,0 (bardzo dobry) – 94%- 100% punktów.</li> </ul> <p><i>Ocena końcowa z seminarium: średnia arytmetyczna ocen z prezentacji i zaliczenia teoretycznego.</i></p>

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć <sup>7</sup>				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) i stopień osiągnięcia	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
<b>W1</b>	<i>Zna budowę ciała ludzkiego w podejściu topograficznym (kończyny górna i dolna, klatka piersiowa, brzuch, miednica, grzbiet, szyja, głowa) i czynnościowym ze szczególnym uwzględnieniem narządów układu ruchu: (układ kostno- stawowy, układ mięśniowy)</i>	<i>A.W2 +++</i>	<i>Ćwiczenia 1,2,3,4 Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>U4</b>	<i>Potrafi wnioskować o relacjach między strukturami anatomicznymi na podstawie przyżyciowych badań diagnostycznych i w szczególności badania funkcjonalnego</i>	<i>A.U4 +++</i>	<i>Ćwiczenia 1,2,3,4 Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>K1</b>	<i>Jest gotów do propagowania zachowań prozdrowotnych;</i>	<i>K.K6 ++</i>	<i>Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Prezentacja, aktywność podczas zajęć, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>K2</b>	<i>Jest gotów do formułowania wniosków z własnych pomiarów lub obserwacji</i>	<i>K.K8 +++</i>	<i>Ćwiczenia 1,2,3,4 Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Zaliczenie praktyczne, aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>K3</b>	<i>Jest gotów do przekazywania informacji z zastosowaniem technik komunikacyjnych dostosowanych do różnych odbiorców</i>	<i>K.K12 ++</i>	<i>Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>K4</b>	<i>Jest gotów do przekazywania niepomyślnych wiadomości z wykorzystaniem specjalistycznych protokołów</i>	<i>K.K13 +</i>	<i>Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>
<b>K5</b>	<i>Jest gotów do komunikacji w interdyscyplinarnym zespole medycznym</i>	<i>K.K14 +++</i>	<i>Seminaria 1,2,3,4,5,6,7</i>	<i>Praca domowa, Dyskusja, Frekwencja Zaliczenie teoretyczne</i>	<i>Aktywność podczas zajęć, prezentacja, zaliczenie teoretyczne</i>

## Literatura i pomoce naukowe<sup>8</sup>

### Literatura podstawowa

1. Arkuszewski Z. 2009. Podręcznik medycyny manualnej. Atlas zabiegów - kręgosłup szyjny. Kraków: Elipsa- Jaim.
2. Arkuszewski Z. 2017. Podręcznik medycyny manualnej. Atlas zabiegów - miednica, kręgosłup lędźwiowy, kręgosłup piersiowy, żebra. Kraków: Elipsa- Jaim.
3. Buckup K. 2012. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. Warszawa: PZWL.
4. Cyriax J.H. 2009. Ilustrowany podręcznik medycyny ortopedycznej. Warszawa: DB Publishing.
5. Gawryszewska A., Fluder M., Marciniak R. 2019. Atlas anatomii palpacyjnej. Wrocław: MedPharm.
6. Kaltenborn F.M. 1998. Manualne mobilizacje stawów kończyn. Toruń: Rolewski.
7. Rakowska- Muskat M. 2011. Codzienność bez bólu. Autoterapia dysfunkcji narządu ruchu. Zakopane: Centrum Autoterapii Humanus.
8. Tozzi P., Lunghi Ch., Fusco G. 2019. Pięć modeli osteopatycznych. Uzasadnienie, zastosowanie, integracja.. Wrocław: Edra Urban & Partner

### Literatura uzupełniająca

1. Garnuszewski Z. 2017. Renesans akupunktury. Warszawa: Medyk.
2. Manheim C.J. 2008. Rozluźnianie mięśniowo- powięziowe. Poznań: WSEiT.
3. Myers T. 2014. Taśmy anatomiczne: meridiany mięśniowo-powięziowe dla terapeutów manualnych i specjalistów leczenia ruchem. Warszawa: DB publishing.
4. Rakowski A. 2011. Terapia manualna holistyczna. Tom 1. Poznań: Centrum Terapii Manualnej.
5. Richter P., Hebgen E. 2010. Punkty spustowe i łańcuchy mięśniowo- powięziowe w osteopatii i terapii manualnej. Łódź: Galaktyka.
6. Stecco L. 2014. Manipulacja powięzi w zespołach bólowych układu ruchu. Szczecin: ODNOWA.
7. Stecco C. 2015. Atlas funkcjonalny układu powięziowego człowieka. Poznań: WSEiT.

## Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS

Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. Kontaktowe (IGK)	Praca własna studenta: zajęcia bez nauczyciela (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ćwiczeniach	-	-	10 h
Udział w seminarium			20 h
Udział w konsultacjach	5 h	-	-
Przygotowanie się do wykładów/ćwiczeń/seminariów/ Przygotowanie do zaliczenia/egzaminu	-	25 h	-
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	5 h/ 0,2 ECTS	25 h/ 0,8 ECTS	30 h/ 1,0 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS <sup>10</sup>		

## Informacje dodatkowe, uwagi

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. 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.