

KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów: Fizjoterapia
Forma studiów: Stacjonarne/Niestacjonarne
Stopień studiów: Magisterskie, jednolite
Specjalności: Bez specjalności
2023/2024

NAZWA PRZEDMIOTU	
NAZWA PRZEDMIOTU	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
PROWADZĄCY	dr Gabriela Wójciak
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	dr Gabriela Wójciak
LICZBA GODZIN:	
WYKŁADY:	20
ĆWICZENIA:	0
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1:	Poznanie przez Studentów głównych zagadnień z zakresu promocji zdrowia i fizjoprofilaktyki, pozwalających na ocenę czynników zagrażających zdrowiu oraz podejmowanie działań kształtujących postawy prozdrowotne, ukierunkowanych na pierwotną i wtórną profilaktykę chorób.
EFEKTY UCZENIA SIĘ	
C.W17.	Student zna zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką.
C.W4.	Student zna wybrane metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, metody oceny aktywności pacjenta w różnych stanach chorobowych.
C.U17.	Student potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.

NAZWA PRZEDMIOTU	
K5	Student jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.
WYMAGANIA WSTĘPNE	
	Podstawowa wiedza z zakresu biologii
TREŚCI PROGRAMOWE	
WYKŁADY:	<p>Definicja i modele zdrowia. Mandala zdrowia. Kryteria i ocena zdrowia, mierniki zdrowia. Czynniki kształtujące zdrowie. Demograficzne wskaźniki zdrowia.</p> <p>Idea i strategię promocji zdrowia. Promocja zdrowia a profilaktyka. Edukacja zdrowotna jako kluczowy komponent promocji zdrowia. Teorie edukacji zdrowotnej.</p> <p>Główne zagrożenia zdrowia i problemy zdrowotne w Polsce i UE. Wpływ środowiska na zdrowie człowieka. Żywność a zdrowie. Stres psychologiczny jako czynnik ryzyka zdrowia. Organizacje działające na rzecz ochrony zdrowia: WHO, Polski system ochrony zdrowia.</p> <p>Definicja i rodzaje fizjoprofilaktyki. Rekomendowane sposoby realizacji działań fizjoterapeutycznych. Testy funkcjonalne w ocenie stanu zdrowia. Sposoby oceny składu ciała. Aktywność fizyczna w promocji zdrowia i profilaktyce. Sposoby doboru, oceny i monitorowania aktywności fizycznej. Założenia treningu zdrowotnego.</p> <p>Klasyfikacja ICF</p> <p>Czynniki ryzyka i profilaktyka wybranych chorób przewlekłych (otyłość, cukrzyca typu 2, choroby sercowo-naczyniowe, nowotwory, osteoporoza).</p> <p>Fizjoprofilaktyka w neurologii wieku rozwojowego. Fizjoprofilaktyka udarów mózgu. Fizjoprofilaktyka zespołów bólowych kręgosłupa. Fizjoprofilaktyka a ergonomia.</p> <p>Samorządowe programy polityki zdrowotnej. Przykładowe programy promocji zdrowia; przykładowe działania fizjoprofilaktyczne – diagnoza problemu, plan i realizacja programu, ocena efektów programu.</p>
METODY DYDAKTYCZNE	
	Wykłady, Dyskusja, Praca z artykułem naukowym
NAKŁAD PRACY STUDENTA:	
GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM	20
GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO	Przygotowanie do zaliczenia - 5

NAZWA PRZEDMIOTU	
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU	25
REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA	
	Warunkiem zaliczenia jest przedstawienie przykładowego programu w zakresie fizjoprofilaktyki lub promocji zdrowia oraz zaliczenie pisemne realizowane w formie pytań zamkniętych – test wyboru z jedną poprawną odpowiedzią.
METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW:	
W ZAKRESIE WIEDZY:	Test wielokrotnego wyboru z jedną poprawną odpowiedzią
W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI:	Przygotowanie przykładowego programu w zakresie fizjoprofilaktyki lub promocji zdrowia
W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:	Aktywność na zajęciach
SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE (I i II termin)	Termin I: Test wyboru z jedną poprawną odpowiedzią (około 30 pytań) Termin II: Test wyboru z jedną poprawną odpowiedzią (około 30 pytań)
KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ	
NA OCENĘ 3,0	51% do 59% poprawnych odpowiedzi
NA OCENĘ 3,5	60% do 70% poprawnych odpowiedzi
NA OCENĘ 4,0	71% do 80% poprawnych odpowiedzi
NA OCENĘ 4,5	81% do 90% poprawnych odpowiedzi
NA OCENĘ 5,0	91% do 100% poprawnych odpowiedzi
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
	Grygorowicz M., Podhorecka M. (red.) Kompendium fizjoprofilaktyki, Poznań 2020
	Karski J.B. (red.) Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia. CeDeWu, Warszawa 2009
	Woynarowska B. (red.) Edukacja zdrowotna. PWN, Warszawa 2017
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	

NAZWA PRZEDMIOTU

Narodowy Program Zdrowia 2021-2025
Cianciara D. (red.) Zarys współczesnej promocji zdrowia. PZWL,
Warszawa 2010