



## Podhalańska Państwowa Uczelnia Zawodowa w Nowym Targu

### Informacje ogólne

<b>Nazwa zajęć</b>	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia
<b>Kod zajęć</b>	F-j2-1,18.22-23
<b>Status zajęć</b>	Obowiązkowy
<b>Wydział / Instytut</b>	Instytut Zdrowia
<b>Kierunek studiów</b>	fizjoterapia
<b>Moduł specjalizacyjny</b>	-----
<b>Specjalizacja</b>	-----

Forma studiów	Rok studiów	Semestr	Suma godzin dydaktycznych		Liczba punktów ECTS
			Wykłady	Ćwiczenia/praktyki	
Stacjonarne	1	1	10.0	15.0	2.0
	Suma		10.0	15.0	2.0

<b>Poziom studiów</b>	jednolite studia magisterskie
<b>Profil</b>	Praktyczny
<b>Osoba odpowiedzialna za program zajęć</b>	dr hab. Dariusz Mucha
<b>Wymagania (Kompetencje wstępne)</b>	-----
<b>Założenia i cele zajęć</b>	-----
<b>Prowadzący zajęcia</b>	dr Dawid Mucha
<b>Egzaminator/ Zaliczający</b>	dr hab. Dariusz Mucha

### Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS

Nakład pracy studenta niezbędny do uzyskania efektów uczenia się	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
Obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	godz.:	godz.:

<b>lub innych osób prowadzących zajęcia i studentów, w tym:</b>	25.0	0.0		
Udział w wykładach (godz.)	10	0		
Udział w: ćwiczenia (godz.)	15	0		
Dodatkowe godziny kontaktowe z nauczycielem (godz.)		0		
Udział w egzaminie (godz.)	0	0		
<b>Obciążenie studenta związane z jego indywidualną pracą związaną z zajęciami organizowanymi przez uczelnię, w tym:</b>	godz.: 30.0	godz.: 0.0		
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do wykładu (godz.)	5	0		
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do: ćwiczenia (godz.)	15	0		
Przygotowanie do zaliczenia/ egzaminu (godz.)	10	0		
Wykonanie prac zaliczeniowych (referat, projekt, prezentacja itd.) (godz.)	0	0		
<b>Suma</b> (obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia oraz związane z jego indywidualną pracą związaną z tymi zajęciami)	godz.: 55.0	ECTS: 2.0	godz.: 0.0	ECTS: 0
<b>Obciążenie studenta w ramach zajęć kształtujących umiejętności praktyczne</b>	godz.: 30.0	ECTS: 1.1	godz.: 0	ECTS: 0

### Efekty uczenia się

Efekty uczenia się		Odniesienia do kierunkowych efektów uczenia się	Odniesienia do charakterystyk drugiego stopnia efektów uczenia się Polskich Ram Kwalifikacji	Sposób weryfikacji efektów uczenia się
Wiedza: student zna i rozumie				
W1	Zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką.	C.W17.	P7S_WG	kolokwium
Umiejętności: student potrafi				
U1	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.	C.U17.	P7S_UW_01, P7S_UW_02	bezpośrednia ocena wykonania zadania (np. ocena projektu, ocena sprawozdania, dokumentowania danych, realizacji zajęć) (U)
Kompetencje społeczne: student jest gotów do				
K1	Przejawia zainteresowanie przedmiotem i postawę promującą zdrowie.	K_K03	P7S_KO_01, P7S_KO_02, P7S_KR	ocena wypowiedzi (treści i sposobu jej przedstawiania;) (K)

### Formy i metody kształcenia

prezentacja, formy zadaniowe, dyskusja, praca w grupach, film

## Treści programowe

### Wykłady

Rys historyczny promocji zdrowia. Rozwój idei promocji zdrowia – 2 godz.

Podstawowe pojęcia: zdrowie, promocja zdrowia, styl życia, profilaktyka, edukacja zdrowotna. Zdrowie jako pojęcie kluczowe w promocji zdrowia. Profilaktyka a promocja zdrowia. – 2 godz.

Zachowania zdrowotne-podział, charakterystyka. Fizjoterapeuta edukatorem zdrowia. Zasady tworzenia programów promocji zdrowia i profilaktycznych. – 2 godz.

Edukacja zdrowotna jako kluczowy komponent promocji zdrowia. Cele, obszary oraz podejścia w promocji zdrowia. Modele promocji zdrowia. Kierunki działań z zakresu promocji zdrowia w kontekście założeń Narodowego Programu Zdrowia. – 2 godz.

Aktywność fizyczna jako czynnik warunkujący zdrowie. Korzyści zdrowotne osiągane w wyniku kształtowania sprawności fizycznej.

Promocja zdrowia ludzi chorych i niepełnosprawnych. Profilaktyka chorób oraz uzależnień. Profilaktyka wad postawy. Profilaktyka dolegliwości bólowych kręgosłupa. Profilaktyka osteoporozy. Projekty i programy promocji zdrowia ( Szpital Promujący Zdrowie, Szkoła Promująca Zdrowie, Zakład Pracy Promujący Zdrowie i inne).Promocja zdrowia w miejscu pracy.

Założenia edukacji żywieniowej. Rola fizjoterapeuty w edukacji żywieniowej. Zdrowie a media i reklama. – 2 godz.

### Ćwiczenia

Ćwiczenia laboratoryjne

Czynniki determinujące zdrowie. Praca w grupie nad złożonością pojęcia zdrowie. – 2 godz. Rola aktywności fizycznej w promocji zdrowia. – 2 godz.

Analiza podstawowych dokumentów z zakresu promocji zdrowia. – 2 godz.

Zasady prowadzenia marketingu społecznego dla potrzeb promocji zdrowia. – 2 godz.

Rola instytucji publicznych w profilaktyce i promocji zdrowia. Rola ewaluacji w promocji zdrowia, konstruowanie narzędzi do ewaluacji działań w zakresie promocji zdrowia. – 2 godz.

Zasady konstruowania programów profilaktycznych i promocji zdrowia dla wybranych grup odbiorców. Źródła i zasady finansowania programów profilaktycznych. Metody nauczania stosowane w edukacji zdrowotnej. – 2 godz.

Przygotowanie scenariusza zajęć do pogadanki w zakresie problematyki zdrowotnej. – 1 godz.

Działania z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia w wybranych chorobach cywilizacyjnych (czynniki ryzyka- palenie, brak aktywności fizycznej, odżywianie i inne). Kolokwium zaliczeniowe z treści ćwiczeniowych i wykładowych. – 2 godz.

### Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się

<b>Kryteria oceny efektów uczenia się osiągniętych przez studenta</b>	Pozytywna ocena z zaliczenia pisemnego:  na ocenę dst (3,0) -60% wiadomości,  na ocenę db (4,0)- 75 % wiadomości  ocenę bdb (5,0) -95 % wiadomości.  W przypadku oceny ndst (2,0) odpowiedź ustna.
---	--

### Forma weryfikacji osiągnięć studenta i warunki zaliczenia zajęć

<b>Forma weryfikacji osiągnięć studenta</b>	Zaliczenie i egzamin
<b>Warunki odbywania i zaliczenia zajęć oraz dopuszczenia do końcowego egzaminu (zaliczenia z oceną)</b>	Ćwiczenia- zaliczenie pracy pisemnej.  Obecność na ćwiczeniach aby uzyskać zaliczenie ćwiczeń.  Aby uzyskać zaliczenie przedmiotu na ocenę dostateczną student musiał osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.

### Wykaz zalecanego piśmiennictwa

#### Wykaz literatury podstawowej

Lp. Pozycja	
1	Woynarowska B. Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne, Metodyka, Praktyka. PWN Warszawa, 2017.
2	Karski J.B. ( red.). Praktyka i teoria promocji zdrowia. CEDEWU Warszawa, 2009.

#### Wykaz literatury uzupełniającej

Lp. Pozycja	
1	Kulmatycki L. Promocja zdrowia w kulturze fizycznej. Kryteria dobrej praktyki. Studia i Monografie 68, Wydawnictwo AWF Wrocław, 2003.
2	Wrona-Wolny W. Wychowanie zdrowotne. Przewodnik do ćwiczeń z wybranych zagadnień, Podręczniki nr 2, Wyd. AWF Kraków.

### Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk zawodowych

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk zawodowych	Nie dotyczy
---	-------------

