



Podhalańska Państwowa Uczelnia Zawodowa w Nowym Targu

Informacje ogólne

Nazwa zajęć	Teoria i metodyka bezpiecznego upadania cz.I
Kod zajęć	F-j2-4,11a.22-23
Status zajęć	Do wyboru
Wydział / Instytut	Instytut Zdrowia
Kierunek studiów	fizjoterapia
Moduł specjalizacyjny	-----
Specjalizacja	-----

Forma studiów	Rok studiów	Semestr	Suma godzin dydaktycznych		Liczba punktów ECTS
			Wykłady	Ćwiczenia/praktyki	
Stacjonarne	1	1	---	---	---
	1	2	---	---	---
	2	3	---	---	---
	2	4	---	---	---
	3	5	5.0	20.0	1.0
	Suma		5.0	20.0	1.0

Poziom studiów	jednolite studia magisterskie
Profil	Praktyczny
Osoba odpowiedzialna za program zajęć	dr Bartłomiej Gąsienica-Walczak
Wymagania (Kompetencje wstępne)	Wiedza z zakresu anatomii, kinezylogii, metodyki nauczania ruchu, kształcenia ruchowego.
Założenia i cele zajęć	Wiedza oraz kompetencje motoryczne i metodyczne z zakresu bezpiecznego upadania (BU) osób w różnym wieku, o różnym poziomie sprawności fizycznej, z różnymi dysfunkcjami fizycznymi.

Prowadzący zajęcia	dr Bartłomiej Gąsienica-Walczak
Egzaminator/ Zaliczający	dr Bartłomiej Gąsienica-Walczak

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 lub innych osób prowadzących zajęcia i studentów, w tym:	godz.: 25.0		godz.: 0.0	
Udział w wykładach (godz.)	5		0	
Udział w: ćwiczenia (godz.)	20		0	
Dodatkowe godziny kontaktowe z nauczycielem (godz.)	0		0	
Udział w egzaminie (godz.)	0		0	
Obciążenie studenta związane z jego indywidualną pracą związaną z zajęciami organizowanymi przez uczelnię, w tym:	godz.: 0.0		godz.: 0.0	
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do wykładu (godz.)	0		0	
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do: ćwiczenia (godz.)	0		0	
Przygotowanie do zaliczenia/ egzaminu (godz.)	0		0	
Wykonanie prac zaliczeniowych (referat, projekt, prezentacja itd.) (godz.)	0		0	
Suma (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.: 25.0	ECTS: 1.0	godz.: 0.0	ECTS: 0
Obciążenie studenta w ramach zajęć kształtujących umiejętności praktyczne	godz.: 20	ECTS: 0.8	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	Student zna i rozumie zasady doboru technik upadania w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta	C.W5.	P7S_WG	test standaryzowany, (W)
Umiejętności: student potrafi				
U1	Student potrafi oceniać umiejętność bezpiecznego upadania oraz podatność na uszkodzenia ciała podczas upadku w oparciu o aktualne testy dla wszystkich grup wiekowych i grup ryzyka upadku	A.U13.	P7S_UW_01, P7S_UW_02	test umiejętności wykonania zadania, (U)
Kompetencje społeczne: student jest gotów do				
K1	Student jest gotów do prezentowania postawy	K_K03	P7S_KO_01, P7S_KO_02,	obserwacja zachowania studenta

promującej zdrowy styl życia, prezentowania wszystkich ćwiczeń i technik bezpiecznego upadania.	P7S_KR	podczas zajęć; (K)
---	--------	--------------------

Formy i metody kształcenia

Wykład informacyjny, wykład problemowy, ćwiczenia, dyskusja, warsztaty samokształcenie.

Treści programowe

Wykłady

Epidemiologia uszkodzeń ciała związanych z upadkiem i zderzeniami. 1h

Teoria BU. Kryteria metodyczne i organizacyjne ćwiczeń BU. Specyfika i warunki bezpieczeństwa podczas nauczania BU, zwłaszcza osób starszych. 1h

Metodyka nauczania BU. 1h

Koncepcja dostosowania motorycznego w nauczaniu BU. 1h

Systematyka ćwiczeń. 1h

Ćwiczenia

ćwiczenia

Diagnozowanie podatności na uszkodzenia ciała podczas upadku. 5h

Diagnozowanie zdolności tolerowania zakłóceń równowagi ciała (test obrotowy). 5h

Testy nie aparaturowe i quasi-aparaturowe stosowane podczas nauczania BU. 5h

Zapoznanie ze specyfiką nauczania bezpiecznego upadania osób z wadami narządu wzroku i po amputacjach w obrębie kończyn. 2h

Nauczanie i doskonalenie upadku w tył. Nauczanie i doskonalenie upadku w tył z przewrotem przez bark. 3h

Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się

Kryteria oceny efektów uczenia się osiągniętych przez studenta	<p>1. Kryteria testu: w związku z par. 14 ust. 1 regulaminu studiów, który obowiązuje od 1 października 2019 r. w Uczelni przy weryfikacji efektów uczenia się stosuje się następującą skalę Kryteria oceny efektów uczenia się osiągniętych przez studenta ocen: 1) od 90% bardzo dobry (5,0); 2) od 80% dobry plus (4,5); 3) od 70% dobry (4,0); 4) od 60% dostateczny plus (3,5); 5) od 50% dostateczny (3,0); 6) poniżej 50% niedostateczny (2,0). 2. Kryteria oceny umiejętności: 5,0 - zadanie wykonane samodzielnie, zgodnie z zasadami, zapewniające wysoką jakość pomocy. 4,0 - zadanie wykonane z niewielkim ukierunkowaniem nauczyciela, poprawnie, zgodnie z zasadami i wytycznymi. 3,0 - wykonanie zadania wymagało ukierunkowania i pomocy nauczyciela, wykonane zgodnie z wytycznymi. 2,0 - brak samodzielności w działaniu, mimo ukierunkowania i pomocy nauczyciela, wykonanie niezgodne z wytycznymi. 3. Kryteria do oceny kompetencji społecznych; Suma - Punktacja nauczyciela 0-3 pkt. i punktacja studenta 0-3 pkt. Punktacja: 3 pkt. – bardzo dobry, uzyskuje student, który zawsze przestrzega kompetencje społeczne i charakteryzuje się wysokim poziomem kompetencji społecznych 2 pkt. – dobry, uzyskuje student, który czasami przestrzega kompetencji społecznych 1 pkt. – dostateczny, uzyskuje student, który nie często przestrzega kompetencji społecznych 0 pkt. – uzyskuje student, który nigdy nie przestrzega kompetencji społecznych Jeśli student z jakiegokolwiek kompetencji uzyska 0 punktów otrzymuje ocenę niedostateczną i nie może uzyskać zaliczenia z zajęć praktycznych. Nie osiągnął założonego efektu (ocena 2.0) Student posiada znaczące braki w wiedzy przewidzianej w treściach programowych przedmiotu. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów poniżej 50. Osiągnął w stopniu dostatecznym (ocena 3.0) Student zna podstawowe pojęcia i metody przewidziane programem, wykazuje pewne braki w wiedzy przewidzianej w treściach programowych przedmiotu. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów od 50. Osiągnął w stopniu dostatecznym (ocena 3.5) Student zna więcej niż podstawowe pojęcia i metody przewidziane programem, wykazuje pewne braki w wiedzy przewidzianej w treściach programowych przedmiotu. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów od 60. Osiągnął w stopniu dobrym (ocena 4.0) Student zna większość pojęć i metod badawczych, wykazuje niewielkie braki wiedzy przewidzianej w treściach programowych przedmiotu. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów od 70. Osiągnął w stopniu bardzo dobrym (ocena 4.5) Student zna wszystkie pojęcia i metody analizy przewidziane programem. Wykazuje ewentualnie nieistotne braki wiedzy przewidzianej w treściach programowych przedmiotu. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów od 80. Osiągnął w stopniu celującym (ocena 5.0) Student zna bardzo dobrze problematykę przedmiotu, wykazuje dogłębną znajomość problemów z zakresu statystyki pracy od strony teoretycznej i empirycznej. W ocenie wiedzy według skali 100 punktowej odpowiada to liczbie punktów od 90.</p>
---	--

Forma weryfikacji osiągnięć studenta i warunki zaliczenia zajęć

Forma weryfikacji osiągnięć studenta	Zaliczenie z oceną
	<p>Zasady dopuszczania do egzaminu/zaliczenia: 1. uzyskanie zaliczenia z prac zaliczeniowych 2.</p> <p>uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń - obecności 3. złożenie dokumentacji z samokształcenia 4.</p> <p>spełnienie wszystkich dodatkowych wymagań, które określi koordynator przedmiotu.</p>

Warunki odbywania i zaliczenia zajęć oraz dopuszczenia do końcowego egzaminu (zaliczenia z oceną)	<p>W każdym semestrze dopuszcza się 1 nieobecność nieusprawiedliwioną studenta (wypadek losowy). Pozostałe nieobecności muszą zostać odrobione. Decyzja o odrobieniu zajęć zależy od prowadzącego zajęcia uwzględniając: a) odrabianie nie może odbywać się w planowym dniu zajęć, b) odrabianie nie może odbywać się w ostatnim tygodniu zajęć (w tygodniu zaliczeniowym), 3.</p> <p>Nieobecności z powodu choroby udokumentowane zwolnieniem lekarskim nie muszą być odrabiane.</p> <p>Zaliczenie z oceną (test wiedzy). Student dopuszczony do zaliczenia po zdaniu testów sprawnościowych, sprawdzianu ustnego, przygotowaniu i opracowaniu protokołu obciążenia organizmu wysiłkiem fizycznym.</p>
--	---

Wykaz zalecanego piśmiennictwa
Wykaz literatury podstawowej

Lp. Pozycja	
1	Kalina RM, Barczyński BJ, Klukowski K i wsp. (2011) The method to evaluate the susceptibility to injuries during the fall – validation procedure of the specific motor test Arch Budo; 7(4):201-215.
2	Kalina RM, Kruszewski A, Jagiełło W i wsp. (2003) Propedeutyka sportów walki – podstawy judo. Wydawnictwa AWF. Warszawa
3	Kalina RM (2009) Miękkie lądowanie. Medical Tribune; 13:28-29
4	Kalina RM, Barczyński BJ, Jagiełło W i wsp. (2008) Teaching of safe falling as most effective element of personal injury prevention in people regardless of gender, age and type of body build - the use of advanced information technologies to monitor the effects of education. Arch Budo; 4(4):82-90.
5	Kubacki R., Bołociuch M, Rauk-Kubacka A.: Teacher Ball Ukemi Metody i narzędzia modelowania sposobów nauczania bezpiecznego upadania. AD REM 2020

Wykaz literatury uzupełniającej

Lp. Pozycja	
1	Gąsienica-Walczak B, Barczyński BJ, Kalina RM i wsp. (2010) The effectiveness of two methods of teaching safe falls to physiotherapy students. Arch Budo; 6(2):63-71.

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk zawodowych

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