



Podhalańska Państwowa Uczelnia Zawodowa w Nowym Targu

Informacje ogólne

Nazwa zajęć			Kliniczne podstawy fizjoterapii w medycynie sportowej		
Kod zajęć			F-j2-3,12.22-23		
Status zajęć			Obowiązkowy		
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	5.0	30.0	2.0
	Suma		5.0	30.0	2.0
Poziom studiów			jednolite studia magisterskie		
Profil			Praktyczny		
Osoba odpowiedzialna za program zajęć			dr Wojciech Fibiger		
Wymagania (Kompetencje wstępne)			-----		
Założenia i cele zajęć			-----		
Prowadzący zajęcia			dr Wojciech Fibiger		
Egzaminator/ Zaliczający			dr Wojciech Fibiger		

Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS

Nakład pracy studenta niezbędny do uzyskania efektów uczenia się	Obciążenie studenta	
	Studia	Studia

	stacjonarne		niestacjonarne	
Obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia i studentów, w tym:	godz.: 37.0		godz.: 0.0	
Udział w wykładach (godz.)	5		0	
Udział w: ćwiczenia (godz.)	30		0	
Dodatkowe godziny kontaktowe z nauczycielem (godz.)	1		0	
Udział w egzaminie (godz.)	1		0	
Obciążenie studenta związane z jego indywidualną pracą związaną z zajęciami organizowanymi przez uczelnię, w tym:	godz.: 18.0		godz.: 0.0	
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do wykładu (godz.)	1		0	
Samodzielne studiowanie tematyki zajęć/ przygotowanie się do: ćwiczenia (godz.)	10		0	
Przygotowanie do zaliczenia/ egzaminu (godz.)	5		0	
Wykonanie prac zaliczeniowych (referat, projekt, prezentacja itd.) (godz.)	2		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.: 55.0	ECTS: 2.0	godz.: 0.0	ECTS: 0
Obciążenie studenta w ramach zajęć kształtujących umiejętności praktyczne	godz.: 40.0	ECTS: 1.5	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	etiologię, patomechanizm, objawy i przebieg dysfunkcji narządu ruchu w zakresie: ortopedii i traumatologii w stopniu umożliwiającym racjonalne stosowanie środków fizjoterapii;	D.W1	P7S_WG	Test standaryzowany
Umiejętności: student potrafi				
U1	dobierać – w zależności od stanu klinicznego i funkcjonalnego pacjenta – i wykonywać zabiegi z zakresu fizjoterapii u osób po urazach w obrębie tkanek miękkich układu ruchu leczonych zachowawczo i operacyjnie, po urazach w obrębie kończyn (stłuczeniach, skręceniach, zwichnięciach i złamaniach) leczonych	D.U4	P7S_UW_01 P7S_UW_02	Ocena umiejętności wykonania zadania

	zachowawczo i operacyjnie, po urazach kręgosłupa bez porażień oraz w przypadku stabilnych i niestabilnych złamań kręgosłupa;			
Kompetencje społeczne: student jest gotów do:				
K1	prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty;	K_K03	P7S_KO_01 P7S_KO_02 P7S_K	Obserwacja studenta w trakcie zajęć
K2	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;	K_K06	P7S_KK_02	

Formy i metody kształcenia

wykład, ćwiczenia, prezentacja, dyskusja, omówienie przypadków

Treści programowe

Wykłady

Wprowadzenie do rehabilitacji w sporcie: Sport. Medycyna sportowa. Rehabilitacja. 1h

Rehabilitacja sportowa. Podstawy fizjologii wysiłku. 1h

Fizjologiczna klasyfikacja wysiłku fizycznego. 1h

Metody oceny wysiłku fizycznego. Korzyści zdrowotne systematycznej aktywności ruchowej. 1h

Zalecenia aktywności ruchowej w promocji zdrowia i zapobieganiu chorobom przewlekłym. 1h

Ćwiczenia

ćwiczenia

Podstawowa wiedza na temat budowy i fizjologii narządu ruchu.(Kości, stawy chrząstka, więzadła, mięśnie). 3h Fizjologia

skurczu mięśnia. Funkcje narządu ruchu: stabilność , mobilność, koordynacja nerwowo-mięśniowa. 3h

Rozwój dzieci i młodzieży a uprawianie sportu. Odrębności morfologiczne, fizjologiczne i psychiczne dzieci i młodzieży a zdolność

do wysiłków fizycznych. Korzyści i zagrożenia związane z uprawianiem sportu przez dzieci i młodzieży. 3h Aktywność ruchowa a

starzenie się organizmu. Badanie ortopedyczne i ocena funkcjonalna zawodnika.. 3h

Epidemiologia urazów sportowych. Uraz . Uraz sportowy. Obrażenie. Rodzaje urazów. Czynniki predysponujących do urazów sportowych. 3h

Proces gojenia tkanek miękkich i kości. Co to jest rehabilitacja sportowa. definicje, etapy. Cele i zadania rehabilitacji w sporcie. Postępowanie rehabilitacyjne w ostrych i przewlekłych uszkodzeniach narządu ruchu i jego zróżnicowania w obrażeniach narządu ruchu w uwzględnieniu wieku i poziomu sportowego. Kryteria bezpiecznego powrotu do sportu po leczeniu rehabilitacyjnym. 3h

Miejsce fizjoterapeuty w zespole medycznym w klubie sportowym, reprezentacji . 3h

Wybrane środki i metody stosowane w rehabilitacji sportowców: Koordynacja nerwowo-mięśniowa, gibkość

zwinność, strechning i poizometryczna relaksacja mięśni, ćwiczenia otwartego i zamkniętego łańcucha

kinematycznego, izokinetika, plyometria, stabilizacja centralna, propriocepcja, taping- taping sportowy, terapia

mięśniowo-powięziowa, DNT - Dry needling therapy, fizykoterapia w sporcie. 3h

Profilaktyka urazów sportowych. 3h

Przykładowe programy profilaktyczne stosowane w sporcie (m.in. PEP, "10" miotacza, profilaktyka piłkarza -

FIFA11+) 3h

Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się

Kryteria oceny efektów uczenia się osiągniętych przez studenta	Zaliczenie testu wiedzy: Poniżej 50% ndst., 50-59% dst;60-69% +dst 70-79% db;80-89% +db; 90-100% bdb
--	--

Forma weryfikacji osiągnięć studenta i warunki zaliczenia zajęć

Forma weryfikacji osiągnięć studenta	Zaliczenie z oceną
Warunki odbywania i zaliczenia zajęć oraz dopuszczenia do końcowego egzaminu (zaliczenia z oceną)	Zaliczenie z oceną. Aktywność i obecność na zajęciach, przygotowanie prezentacji, obserwacja studenta w czasie zajęć.

Wykaz zalecanego piśmiennictwa

Wykaz literatury podstawowej

Lp.	Pozycja
1	Medycyna sportowa. Jegier A, Nazar K, Dziak A; PZWL Warszawa, 2013.
2	Rehabilitacja w sporcie. Donatelli RA. Elsevier Urban & Partner Warszawa. 2010
3	Kliniczna Medycyna sportowa. Brukner P, Khan K. DB Publishing.2011.

Wykaz literatury uzupełniającej

Lp.	Pozycja
1	Medycyna sportowa współczesne metody diagnostyki i leczenia. McMachon PJ. PZWL Warszawa. 2009
2	Górski J. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. PZWL Warszawa, 2019
3	Dziak A.Tayara S. Urazy i uszkodzenia w sporcie. Kasper, Kraków 2000

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk zawodowych

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

