SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA *2026-2029*
(skrajne daty)
Rok akademicki 2026/2027

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	**Samoobrona w ratownictwie medycznym**
Kod przedmiotu*	SamObRM
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Wydział Nauk o Zdrowiu i Psychologii
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Katedra Ratownictwa Medycznego
Kierunek studiów	Ratownictwo medyczne
Poziom studiów	Studia I stopnia
Profil	praktyczny
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	I rok, 2 semestr
Rodzaj przedmiotu	Do dyspozycji uczelni
Język wykładowy	polski
Koordynator	Dr Jan Ziobro
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	mgr Natalia Jasińska

***** *-opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykł.	Zajęcia warsztatowe	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	**Liczba pkt. ECTS**
2		30							1

1.2. Sposób realizacji zajęć

✔ zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, **zaliczenie z oceną**, zaliczenie bez oceny)

2.WYMAGANIA WSTĘPNE

Znajomość podstaw prawa i zasad bezpieczeństwa na poziomie szkoły średniej (edukacja dla bezpieczeństwa)

3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ , TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

3.1 Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studentów z elementami samoobrony na poziomie podstawowym
C2	Poprawa ogólnej sprawności fizycznej studenta

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych [1]
EK_01	identyfikować czynniki ryzyka wystąpienia przemocy oraz rozpoznawać przemoc i odpowiednio na nią reagować	**B.U9**

3.3 Treści programowe

A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
Nie dotyczy

B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

Treści merytoryczne
1. Zapoznanie studentów z zasadami bezpieczeństwa i asekuracji podczas zajęć. 2. Nauka bezpiecznego upadania oraz padów. 3. Postawa walki, poruszanie się podczas walki, nauka zachowania dystansu. 4. Nauka podstawowych technik, uników oraz bloków. 5. Obrona przed chwytem jednorącz/oburącz za przedramię. 6. Nauka podstawowych dźwigni. 7. Obrona przed chwytem jednorącz/oburącz za ubranie; włosy; ramię z tyłu/boku. 8. Obrona przed obchwytem tułowia. 9. Obrona przed duszeniem. 10. Obrona przed atakiem przy ścianie. 11. Obrona przed uderzeniami z góry/dołu. 12. Obrona przed kopnięciami. 13. Obrona przed niebezpiecznym przedmiotem.

3.4 Metody dydaktyczne

Np.:
Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, metody kształcenia na odległość
Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja),gry dydaktyczne, metody kształcenia na odległość
Laboratorium: wykonywanie doświadczeń, projektowanie doświadczeń

Ćwiczenia praktyczne; instruktaż; pokaz; dyskusja; praca w parach.

[1] W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_ 01	ZALICZENIE PRAKTYCZNE	ZAJĘCIA WARSZTATOWE

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Ocena sprawdzianu umiejętności praktycznych:

- 2,0 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony w sposób niepoprawny
- 3,0 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony na poziomie minimalnej poprawności
- 3,5 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony na poziomie niewystarczająco dobrym
- 4,0 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony na poziomie poprawnym
- 4,5 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony na poziomie dobrym
- 5,0 - student wykonuje i demonstruje poznane elementy i techniki samoobrony na poziomie bardzo dobrym

5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	30
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	2
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	5
SUMA GODZIN	37
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

** Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Kuśnierz C., *Metodyka nauczania podstawowych technik samoobrony*. Oficyna Wydawnicza Politechniki Opolskiej, Opole, 2011.
2. Lickiewicz J., *Agresywny pacjent: metody i techniki postępowania*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, 2017.
3. Talaga M., Pięta M., *Interwencja fizyczna: podręcznik dla pracowników placówek opiekuńczo-wychowawczych, resocjalizacyjnych i nie tylko*. Wrocław; [Głogów]: My Wojownicy, 2021.

Literatura uzupełniająca:

1. Bugala, M., Reguli, Z., Vít, M., & Cihounkova, J. (2016). Evaluation of self-defence training in the Czech Emergency Medical Service. Idō Movement for Culture, 16(1).
2. Gillespie, G. L., Gates, D. M., Miller, M., & Howard, P. K. (2010). Workplace violence in healthcare settings: risk factors and protective strategies. *Rehabilitation Nursing Journal*, *35*(5), 177-184.
3. Kowalenko, T., Walters, B. L., Khare, R. K., Compton, S., & Michigan College of Emergency Physicians Workplace Violence Task Force. (2005). Workplace violence: a survey of emergency physicians in the state of Michigan. *Annals of emergency medicine*, *46*(2), 142-147.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej