



## SYLABUS

### DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020-2025

(skrajne daty)

#### 1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	<b>Kinezyterapia</b>
Kod przedmiotu*	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	<b>Kolegium Nauk Medycznych</b>
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	<b>Instytut Nauk o Zdrowiu</b>
Kierunek studiów	<b>Fizjoterapia</b>
Poziom kształcenia	<b>Studia jednolite magisterskie</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Niestacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>I rok 2 semestr, II rok 3 semestr</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Podstawy fizjoterapii</b>
Język wykładowy	<b>Polski</b>
Koordinator	<b>Dr Joanna Baran</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	<b>I rok, 2 semestr</b> Dr hab. n. o zdr. Prof. UR Teresa Pop – wykład, Dr hab. n. o zdr. Prof. UR Ewa Puszczałowska Lizis – ćwiczenia laboratoryjne Dr Ewa Szeliga- ćwiczenia laboratoryjne Dr Sławomir Jandziś – ćwiczenia laboratoryjne Mgr Iwona Opalińska – ćwiczenia laboratoryjne <b>II rok, 3 semestr</b> Dr hab. n. o zdr. Prof. UR Teresa Pop – wykład, Dr hab. n. o zdr. Prof. UR Ewa Puszczałowska Lizis – ćwiczenia laboratoryjne Dr Ewa Szeliga- ćwiczenia laboratoryjne Dr Sławomir Jandziś – ćwiczenia laboratoryjne Mgr Rafał Baran – ćwiczenia laboratoryjne

\* - opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

#### 1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (GN)	Liczba pkt ECTS
2	30	-	-	60	-	-	-	30	4
3	15	-	-	50	-	-	-	55	4

#### 1.3. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

X zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

#### 1.4. Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (*egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny*)

#### 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Przed przystąpieniem do przedmiotu student posiada wiedzę, umiejętności i kompetencje z zakresu: anatomii narządu ruchu, fizjologii człowieka.

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

##### 3.1. Cele przedmiotu

C1	Poznanie i zrozumienie metod oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzi diagnostycznych oraz metod oceny stanu pacjenta dla potrzeb kinezyterapii, metod oceny budowy i funkcji ciała pacjenta oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
C2	Poznanie i zrozumienie zasad doboru środków, form i metod kinezyterapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta.
C3	Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw kinezyterapii.
C4	Poznanie i zrozumienie wskazań i przeciwwskazań do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii.
C5	Poznanie i zrozumienie zasad doboru narzędzi pomiarowych i diagnostycznych w pracach naukowo-badawczych w zakresie kinezyterapii.
C6	Zdobycie umiejętności przeprowadzenia badania podmiotowego, badania przedmiotowego, wykonywania podstawowego badania czynnościowego oraz testów funkcjonalnych właściwych dla kinezyterapii (w tym wykonywanie pomiarów długości i obwodów kończyn, zakresów ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej)
C7	Zdobycie umiejętności doboru i prowadzenia kinezyterapii u osób z różnymi dysfunkcjami, prowadzenia zajęć ruchowych o określonym celu, prowadzenia reedukacji chodu i ćwiczeń z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych
C8	Zdobycie umiejętności planowania, doboru i wykonywania zabiegów z zakresu kinezyterapii
C9	Zdobycie umiejętności obsługi i stosowania różnych urządzeń z zakresu kinezyterapii
C10	Zdobycie umiejętności wykazania zaawansowanych umiejętności manualnych pozwalających na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii
C11	Zdobycie umiejętności doboru metody i narzędzia diagnostycznego i pomiarowego podczas planowania i realizacji badań naukowych

##### 3.2. EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU ( WYPEŁNIA KOORDYNATOR)

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	Zna i rozumie metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostyczne i metody oceny stanu pacjenta dla potrzeb kinezyterapii, metody oceny budowy i funkcji ciała pacjenta oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych	C.W4.
EK_02	Zna i rozumie zasady doboru środków, form i metod kinezyterapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta	C.W5.
EK_03	Zna i rozumie teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy	C.W7.

	kinezyterapii	
<b>EK_04</b>	Zna i rozumie wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii	C.W8.
<b>EK_05</b>	Zna i rozumie zasady doboru narzędzi pomiarowych i diagnostycznych w pracach naukowo-badawczych w zakresie kinezyterapii	C.W18.
<b>EK_06</b>	Potrafi przeprowadzić badanie podmiotowe, badanie przedmiotowe oraz wykonywać podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla kinezyterapii, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej	C.U1.
<b>EK_07</b>	Potrafi dobierać i prowadzić kinezyterapię u osób z różnymi dysfunkcjami, przeprowadzić zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzić reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych	C.U3.
<b>EK_08</b>	Potrafi zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii	C.U8.
<b>EK_09</b>	Potrafi obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii	C.U9.
<b>EK_10</b>	Potrafi wykazać zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii	C.U10.
<b>EK_11</b>	Potrafi dobierać metody i narzędzia diagnostyczne i pomiarowe podczas planowania i realizacji badań naukowych.	C.U19.

### 3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

#### A. Problematyka wykładu

<b>Treści merytoryczne</b>
<b>Semestr 1</b>
Przedstawienie formy zaliczenia przedmiotu. Zapoznanie z treściami programu nauczania. Podanie obowiązującej literatury. Podstawy naukowe, nazewnictwo i systematyka. Historia kinezyterapii.
Systematyka badania pacjenta. Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia badania podmiotowego. Karta badania pacjenta Badanie niespecyficzne w postaci: oceny bólu, oceny czucia, badania palpacyjnego i badania reflektorycznego, oglądanie.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia badania przedmiotowego. Pomiary linijne: długości i obwody kończyn górnych i kończyn dolnych. Znajomość i zrozumienie pomiarów linijskich jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych. Pomiary orientacyjne, badanie skrócenia czynnościowego w kończynach dolnych. Skrócenie czynnościowe i rzeczywiste czynnościowe. Metody zapisu wyników w karcie badania pacjenta.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia pomiaru

zakresów ruchu. Poznanie punktów topograficznych, narzędzi, metodyki praktycznego pomiaru oraz sposobu zapisu wyników. Ocena zakresów ruchu kręgosłupa. Znajomość i zrozumienie pomiarów zakresów ruchu kręgosłupa jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Ocena zakresów ruchu w stawach kończyn górnych. Znajomość i zrozumienie pomiarów zakresów ruchu kończyn górnych jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Ocena zakresów ruchu w stawach kończyn dolnych. Znajomość i zrozumienie pomiarów zakresów ruchu kończyn dolnych jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia testu mięśniowego: punkty topograficzne, metodyka praktycznego pomiaru oraz sposób zapisu wyników. Test Lovetta-kliniczna ocena siły mięśniowej według Zembatego. Ocena siły mięśniowej mięśni tułowia. Znajomość i zrozumienie testu Lovetta dla mięśni tułowia jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Charakterystyka czynnościowa obręczy kończyny dolnej i kończyny dolnej. Ocena siły mięśniowej mięśni obręczy kończyn dolnych i kończyn dolnych. Znajomość i zrozumienie testu Lovetta dla mięśni kończyn dolnych jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Charakterystyka czynnościowa obręczy kończyny górnej i kończyny górnej wolnej. Ocena siły mięśniowej mięśni obręczy kończyn górnych oraz kończyny górnej wolnej. Znajomość i zrozumienie testu Lovetta dla mięśni kończyn górnych jako narzędzia oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostycznego i metody oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Ocena długości mięśni.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia badania funkcjonalnego kręgosłupa stosowanego dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne jako narzędzie oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzie diagnostyczne i metoda oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia badania funkcjonalnego obręczy barkowej i kończyn górnych stosowanego dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne jako narzędzie oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzie diagnostyczne i metoda oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia badania funkcjonalnego obręczy biodrowej i kończyn dolnych stosowanego dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne jako narzędzie oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzie diagnostyczne i metoda oceny stanu pacjenta, budowy i funkcji jego ciała oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych.
Poznanie i zrozumienie teoretycznych, metodycznych i praktycznych podstaw przeprowadzenia Chód prawidłowy. Cykl i wyznaczniki chodu. Zmiany w chodzie spowodowane bólem, ograniczeniami ruchu w stawach, w przypadku niedowładów i porażień. Objaw Trendelenburga i Duchenn,a. Metody oceny chodu. Pionizacja i nauka chodu.
Kolokwium zaliczeniowe semestru I.

## Semestr 2

Zapoznanie z tematyką wykładów w semestrze, wymaganiami, zasadami zaliczenia, literaturą. Systematyka ćwiczeń.

Wysiłek fizyczny i jego wpływ na organizm człowieka. Korzyści wynikające z ruchu i konsekwencje bezruchu. Sprawność fizyczna a aktywność fizyczna. Metody i narzędzia oceny sprawności i aktywności fizycznej.

Ćwiczenia bierne i ćwiczenia czynno-bierne. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Ćwiczenia czynne w odciążeniu. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Ćwiczenia czynne w odciążeniu z oporem. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Ćwiczenia samowspomagane i prowadzone. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Ćwiczenia czynne-wolne i czynne z oporem. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń. Trening de Lorme'a i Watkina. Trening Hettingera i Müllera. Badanie dynamometryczne. Zasady doboru narzędzi pomiarowych i diagnostycznych w pracach naukowo-badawczych w zakresie kinezyterapii .

Ćwiczenia i wyciągi redresyjne. Zasadność zastosowania ćwiczeń i wyciągów redresyjnych w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń i wyciągów.

Poizometryczna Relaksacja Mięśni

Ćwiczenia synergistyczne. Synergizmy względne i bezwzględne. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Biologiczne sprzężenie zwrotne. Wykorzystanie nowoczesnej aparatury do ćwiczeń z biofeedbackiem.

Ćwiczenia oddechowe. Ćwiczenia relaksacyjne. Ćwiczenia mięśni dna miednicy. Ćwiczenia przygotowujące kobietę do porodu i połogu. Ćwiczenia w nietrzymaniu moczu.

Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Ćwiczenia ogólnokondycyjne. Gimnastyka poranna. Ćwiczenia w wodzie (Aquaerobic, metody Hallwick i Watsu). Ćwiczenia samoobsługi. Zasadność doboru omawianych ćwiczeń w oparciu o ich fizjologiczne znaczenie, wskazania i przeciwwskazania oraz rodzaj dysfunkcji, stan i wiek pacjenta. Metodyka ćwiczeń.

Sport osób niepełnosprawnych.

Metody kinezyterapeutyczne. Wybrane metody mechaniczne. Wybrane metody edukacyjne. Wybrane metody neurofizjologiczne.

Badania naukowe i ich znaczenie w kinezyterapii. Planowanie badań, dobór metod i narzędzi badawczych, realizacja badania, interpretacja wyników, wyciąganie wniosków w kontekście planowania i tworzenia programów terapeutycznych.

Analiza przypadków zawierających elementy postępowania kinezyterapeutycznego na podstawie aktualnego piśmiennictwa.

Kolokwium zaliczeniowe II semestru.

Złożenie referatów dotyczących znajomości zasad doboru narzędzi diagnostycznych oraz właściwego rodzaju ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii w oparciu o badania naukowe.

## B. Problematyka ćwiczeń laboratoryjnych

### **Treści merytoryczne**

*Kolejność realizowanych tematów może ulec zmianie w zależności od dostępności sali, sprzętu, realizacji zajęć w placówce ochrony zdrowia itp.*

#### **Semestr 1**

Część organizacyjna - omówienie tematyki ćwiczeń, zasad zaliczenia ćwiczeń oraz podanie literatury.

Badanie podmiotowe dla potrzeb kinezyterapii-omówienie i przeprowadzenie badania. Przygotowanie karty badania pacjenta.

Badanie przedmiotowe pacjenta: oglądanie, pomiary orientacyjne. Badanie czucia powierzchownego: czucia bólu, czucia temperatury i czucia dotyku. Badanie czucia głębokiego: poczucia pozycji i poczucia ruchu. Badania palpacyjne. Omówienie i przeprowadzenie badania. Opracowanie karty badań. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Pomiary liniowe: długości i obwody kończyn, pomiary orientacyjne, badania skrócenia czynnościowego w kończynach dolnych. Skrócenie rzeczywiste a czynnościowe. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie prawidłowej dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Pomiary zakresu ruchu kręgosłupa. Metodyka pomiaru. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie prawidłowej dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Pomiary zakresu ruchu w stawach kończyn dolnych. Metodyka pomiaru. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie prawidłowej dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Pomiary zakresu ruchu w stawach kończyn górnych. Metodyka pomiaru. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie prawidłowej dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Test Lovetta-ocena siły mięśni tułowia. Ocena siły mięśni twarzy. Przypomnienie topografii oraz funkcji mięśni odpowiedzialnych za dany ruch. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Test Lovetta -ocena siły mięśni obręczy kończyn dolnych i kończyn dolnych. Przypomnienie topografii oraz funkcji mięśni odpowiedzialnych za dany ruch. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Test Lovetta-ocena siły mięśni obręczy kończyn górnych i kończyn górnych. Przypomnienie topografii oraz funkcji mięśni odpowiedzialnych za dany ruch. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Praktyczne i teoretyczne zaliczenie pomiarów liniowych i kątowych.

Ocena długości mięśni. Przypomnienie topografii oraz funkcji odpowiednich mięśni. Omówienie i przeprowadzenie badania. Sporządzenie dokumentacji. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Badanie funkcjonalne kręgosłupa stosowane dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne. Omówienie i przeprowadzenie badania. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.

Badanie funkcjonalne obręczy biodrowej i kończyn dolnych stosowane dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne. Omówienie i przeprowadzenie badania. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.
Badanie funkcjonalne obręczy kończyny górnej i kończyny górnej stosowane dla potrzeb diagnostyki kinezyterapii miejscowej. Wybrane testy kliniczne. Omówienie i przeprowadzenie badania. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.
Ocena postawy ciała. Omówienie i przeprowadzenie badania. Chód prawidłowy. Cykl i wyznaczniki chodu. Zmiany w chodzie spowodowane bólem, ograniczeniami ruchu w stawach, w przypadku niedowładów i porażień. Objaw Tredelenburga i Duchenna. Analiza piśmiennictwa obejmująca omawiany temat i uwzględniająca wybrane metody i narzędzia pomiarowe i/lub diagnostyczne wykorzystywane w badaniach naukowych.
Praktyczne i teoretyczne zaliczenie omówionego materiału (z wykazem znajomości anatomii czynnościowej układu mięśniowego i kostno-stawowego).
<b>Semestr 2</b>
Zapoznanie z tematyką ćwiczeń w semestrze, wymaganiami, zasadami zaliczenia. Część organizacyjna. Ćwiczenia bierne, czynno – bierne. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia czynne w odciążeniu, w odciążeniu z oporem. Nauka obsługi i zastosowania do ćwiczeń w odciążeniu i w odciążeniu z oporem systemu UGUL. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia samowspomagane i prowadzone. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia czynne wolne. Ćwiczenia czynne z zastosowaniem przyborów, koordynacyjne, równoważne i ćw. sensomotoryczne. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia czynne oporowe. Ćwiczenia izometryczne. Trening de Lorme`a i Watkinsa. Trening Hettingera i Müllera. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.
Ćwiczenia i wyciągi redresyjne. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie ćwiczenia lub wyciągu redresyjnego w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Poizometryczna relaksacja mięśni. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie PIR w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń.. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia synergistyczne (bezwzględne, względne, kontralateralne i ipsilateralne). Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń.. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia oddechowe, pozycje drenażowe, ćwiczenia relaksacyjne. Trening autogenny Schultza. Trening Jacobsona. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Pionizacja, nauka chodu, asekuracja, nauka padania, rodzaje chodu o kulach. Transfery pacjenta. Ćwiczenia reedukacji chodu, ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz ćwiczenia samoobsługi i

reedukacji funkcji kończyny górnej. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Ćwiczenia ogólnokondycyjne. Gimnastyka poranna. Ćwiczenia wykorzystujące biologiczne sprzężenie zwrotne- omówienie. Ćwiczenia zespołowe. Planowanie, dobór i praktyczne wykonanie właściwego ćwiczenia (techniki z zakresu kinezyterapii) w oparciu o cel, wskazania i przeciwwskazania oraz metodykę wykonania ćwiczeń. Analiza piśmiennictwa.
Elementy z wybranych metod: mechanicznych, edukacyjnych, neurofizjologicznych i innych. Analiza piśmiennictwa.
Podsumowanie umiejętności zdobytych na zajęciach z Kinezyterapii. Wykazanie zaawansowanych umiejętności manualnych pozwalających na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii – analiza przypadków.
Zaliczenie praktyczne i teoretyczne omówionych ćwiczeń.

### 3.4 METODY DYDAKTYCZNE

**Wykład:** prezentacja multimedialna, projekcja filmu, dyskusja

**Ćwiczenia laboratoryjne:** metoda pokazowa, dyskusja, praca w grupach, praca z współwiczącym.

**Praca własna studenta:** praca z książką, przygotowanie do zaliczenia przedmiotu, analiza piśmiennictwa.

## 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, EK_02, EK_03, EK_04	Zaliczenia pisemne, częściowe – kolokwium pisemne.  (EK_01 i EK_03 oceniane w sem. 2 EK_02 i EK_04 oceniane w sem. 3)  Egzamin ustny po 3 semestrze.	W.
EK_06, EK_07, EK_08, EK_09, EK_10	Zaliczenie praktyczne.  (EK_06 oceniany w sem. 2 EK_07, EK_08, EK_09, EK_10 oceniane w sem. 3)	LAB.
EK_05,	Analiza piśmiennictwa na wyznaczony temat  (EK oceniany w 3 semestrze)	W.
EK_11	Zaplanowanie badania naukowego w oparciu o najnowszą literaturę na temat zlecony przez prowadzącego  (EK oceniany w 3 semestrze)	LAB.



## 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

### **Wykład:**

**Ocena wiedzy (EK\_01, EK\_02, EK\_03, EK\_04, EK\_05)**

### **Kolokwium pisemne opisowe**

**Ocena wiedzy EK\_01, EK\_03 – oceniane w 2 semestrze**

**EK\_02, EK\_04 – oceniane w 3 semestrze**

### **Minimalna liczba pytań: 2**

5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60%

### **Egzamin ustny, oceniający efekty wiedzy (EK\_01, EK\_02, EK\_03, EK\_04)**

*Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z 2 kolokwiów pisemnych zaliczających wykład w semestrze 2 i 3 oraz uzyskanie pozytywnej oceny z ćwiczeń laboratoryjnych w semestrze 2 i 3.*

### **Minimalna liczba pytań na dany efekt: 1**

5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60%

### **Ćwiczenia laboratoryjne:**

#### **Ocena umiejętności: (EK\_06, EK\_07, EK\_08, EK\_09, EK\_10)**

Warunkiem zaliczenia ćwiczeń laboratoryjnych z Kinezyterapii jest uzyskanie pozytywnej oceny z 2 kolokwiów ustno-praktycznych w każdym semestrze. Dodatkowo w semestrze 3, student powinien przygotować referat w oparciu o piśmiennictwo naukowe, oceniający EK\_11 (szczegółowe warunki zaliczenia tego efektu znajdują się poniżej).

Nauczyciel może przeprowadzić również tzw. „wejściówki” pisemne z dwóch ostatnich zajęć (tj. krótkie sprawdziany wiedzy z poprzednich zajęć lub z anatomii narządu ruchu). (zal – zna minimum 60% treści, nzal – zna poniżej 60% treści). Zakres ocen: 2,0 – 5,0

#### **Ocena umiejętności: EK\_06 – 2 semestr**

Minimalna liczba pytań na każdy efekt: 3

5.0 – student prawidłowo przeprowadza badanie niezbędne dla potrzeb kinezyterapii i zapisuje prowadzoną dokumentację.

4.5 – student z niewielką pomocą prowadzącego, przeprowadza badanie niezbędne dla potrzeb kinezyterapii,

4.0 – student przeprowadza badanie i zapisuje prowadzoną dokumentację w oparciu o drobne poprawki naniesione przez nauczyciela,

3.5 – student przeprowadza badanie i zapisuje prowadzoną dokumentację w oparciu o liczne poprawki i wskazówki nauczyciela,

3.0 – student przeprowadza badanie i zapisuje prowadzoną dokumentację w oparciu o liczne poprawki i wskazówki nauczyciela, popełniając jednak błędy,

2.0 – student przeprowadza badanie niepoprawnie merytorycznie, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, pomimo licznych uwag nauczyciela popełnia rażące błędy w sposobie jego przeprowadzenia. Nie potrafi zapisać prowadzonej dokumentacji.

#### **Ocena umiejętności: EK\_07, EK\_08, EK\_09, EK\_10 – 3 semestr**

Minimalna liczba pytań na każdy efekt: 1

5.0 – student prawidłowo planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi z zakresu kinezyterapii u osób z różnymi dysfunkcjami i w różnym wieku. Prawidłowo obsługuje sprzęt do kinezyterapii.

4.5 – student z niewielką pomocą prowadzącego, planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi z zakresu kinezyterapii u osób z różnymi dysfunkcjami i w różnym wieku. Prawidłowo obsługuje sprzęt do kinezyterapii.

4.0 – student planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi oraz obsługuje sprzęt z zakresu kinezyterapii w oparciu o poprawki naniesione przez nauczyciela,

3.5 – student planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi z zakresu kinezyterapii u osób z różnymi dysfunkcjami i w różnym wieku w oparciu o liczne poprawki i wskazówki nauczyciela. Ma problemy z obsługą sprzętu do kinezyterapii.

3.0 – student planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi oraz obsługuje sprzęt z zakresu kinezyterapii w oparciu o liczne poprawki i wskazówki nauczyciela, popełniając jednak błędy,

2.0 – student planuje, dobiera i prowadzi ćwiczenia i zabiegi z zakresu kinezyterapii niepoprawnie merytorycznie, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, pomimo licznych uwag nauczyciela popełnia rażące błędy. Nie potrafi obsługiwać sprzętu do kinezyterapii.

#### **Ocena umiejętności EK\_05 – 3 semestr**

Student na podstawie zdobytej wiedzy podczas wykładów z Kinezyterapii, przygotowuje referat na temat wskazany przez prowadzącego. Referat powinien być przygotowany w oparciu o literaturę naukową:

ZAL – student przygotował referat na podstawie minimum 3 artykułów naukowych znalezionych w bazach medycznych i zna treść artykułów

NZAL - student nie przygotował/ lub przygotował referat na podstawie mniej niż 3 artykułów na zlecony temat lub nie zna treści artykułów.

#### **Ocena umiejętności EK\_11 – 3 semestr**

Student na podstawie zdobytej wiedzy podczas ćwiczeń z Kinezyterapii ma za zadanie zaplanowanie badania naukowego w oparciu o najnowszą literaturę na temat zlecony przez prowadzącego oraz praktyczne wykorzystanie uzyskanej wiedzy do zebrania danych potrzebnych do analizy.

Ocena: ZAL / NZAL

ZAL – student zaplanował badanie naukowe na podstawie minimum 2 artykułów na temat zlecony przez prowadzącego wg podanego schematu i praktycznie wykorzystał uzyskaną wiedzę do zebrania danych.

NZAL - student nie zaplanował badania naukowego/ lub zaplanował badanie naukowego na podstawie mniej niż 2 artykułów na temat zlecony przez prowadzącego wg podanego schematu lub nie wykorzystał uzyskanej wiedzy do zebrania danych potrzebnych do analizy, lub schemat pracy jest niezgodny z podanym przez prowadzącego.

*Ocenę pozytywną z przedmiotu można otrzymać  
wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny  
za każdy z ustanowionych efektów uczenia się.*

*Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia  
arytmetyczna z ocen cząstkowych.*

*Istnieje możliwość zmiany formy zajęć oraz zaliczeń: kontaktowa / zdalna / hybrydowa zależnie od bieżącej  
situacji epidemicznej i po uzyskaniu zgody kierownika kierunku*

## 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	155
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	5
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	80
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>240</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>8</b>

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

## 7. LITERATURA

### Literatura podstawowa:

1. Zembaty A. – Kinezyterapia T. 1 i 2. Kasper Kraków 2002r.
2. Hueter-Becker Antje, Doelken Mechthild, Szczegieliak Jan. Badanie kliniczne w fizjoterapii. Edra Urban&Partner, Wrocław 2018r.
3. Backup K. – Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. PZWL 2020r.
4. Rosławski A., Skolimowski T. – Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych. PZWL 2014r.

### Literatura uzupełniająca:

1. Bochenek A., Reicher M. – Anatomia człowieka. PZWL Warszawa 2007r.
2. Jorritsma W. – Anatomia na żywym człowieku. Elsevier Urban& Partner. Wrocław 2004r.
3. Skolimowski T. -Badania czynnościowe narządu ruchu w fizjoterapii. AWF Wrocław 2009r.
4. Nicola J. Petty. Badanie i ocena narządu ruchu. Elsevier Urban& Partner Wrocław 2010
5. Skolimowski T.– Badanie czynnościowe narządu ruchu w fizjoterapii. AWF Wrocław 2012, wyd.2
6. Nowotny J., -Podstawy fizjoterapii. Kasper 2004.
7. Śliwiński Z., Sieroń A. – „Wielka Fizjoterapia. T.1-3” Elsevier Urban& Partner. Wrocław 2014r.
8. Tanović E., Talić-Tanović A., Đelilović-Vranić J., Rekić A., Papović A. Effects of kinesiotherapy on muscle strengthening in patients with Parkinson disease. Med Glas (Zenica) 2019; 16(1):71-76
9. Pop T., Kuzian D., Podgórska-Bednarz J., Rykała J., Czenczek-Lewandowska E., **Glista J.**, Leszczak J., Madarasz S, Hudáková Z. Effectiveness of the most frequently applied therapeutic exercises of the upper limb in patients after stroke [W]. Mechanisms and new markers of occurrence and course of the cerebral circulation disorders and robot-assisted. rehabilitation after stroke. STATIS Bratislava 2014,143-154. ISBN 978-80-565980-1
10. Fridolfsson, J., Buck, C., Hunsberger, M., **Baran, J.**, Lauria, F., Molnar, D., Moreno, L.A., Börjesson, M., Lissner, L., Arvidsson, D. on behalf of the I.Family consortium High-intensity activity is more strongly associated with metabolic health in children compared to sedentary time: a cross-sectional study of the I.Family cohort. International Journal of Behavioral Nutrition and

Physical Activity **18**, 90 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01156-1>

11. **Baran, J.**; Weres, A.; Wyszyńska, J.; Pitucha, G.; Czenczek-Lewandowska, E.; Rusek, W.; Leszczak, J.; Mazur, A. 60 Minutes Per Day in Moderate to Vigorous Physical Activity as a Natural Health Protector in Young Population. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, *17*, 8918. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238918>
12. Herbert J., Małosz P., Lenik J., Szybisty A., **Baran J.**, Przednowek J, Wyszyńska J. Objectively Assessed Physical Activity of Preschool-Aged Children from Urban Areas. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, *17*, 1375; doi:10.3390/ijerph17041375
13. Wyszyńska J., Małosz P., Podgórska-Bednarz J., Herbert J., Przednowek K., **Baran J.**, Dereń K., Mazur A. Adaptation and validation of the Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) among Polish adolescents - cross-sectional study. *BMJ Open* 2019;9:e030567. doi:10.1136/bmjopen-2019-030567
14. Wyszyńska J., Podgórska-Bednarz J., Drzał-Grabiec J., Rachwał., **Baran J.**, Czenczek-Lewandowska E., Leszczak J., Mazur A. Analysis of Relationship between the Body Mass Composition and Physical Activity with Body Posture in Children. *BioMed Research International*, Volume 2016 (2016), Article ID 1851670, 10 pages <http://dx.doi.org/10.1155/2016/1851670>

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej