



SYLABUS ZAJĘĆ Informacje ogólne

Aktywność fizyczna w profilaktyce chorób cywilizacyjnych	
Rodzaj ZAJĘĆ	Obieralny
Wydział PUM	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka kliniczna
Specjalność	Nie dotyczy
Poziom studiów	jednolite magisterskie <input type="checkbox"/> I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia X
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów /semestr studiów	Rok I, semestr II
Liczba przypisanych punktów ECTS	2 pkt. ECTS
Formy prowadzenia zajęć (liczba godzin)	Ćwiczenia: 10 godz. Seminaria: 10 godz. e-learning: 10 godz.
Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się	Zaliczenie na ocenę: <input type="checkbox"/> opisowe <input type="checkbox"/> testowe <input type="checkbox"/> praktyczne <input type="checkbox"/> ustne X prezentacja multimedialna
Kierownik jednostki	prof. dr hab. n. zdr. Anna Lubkowska
Adiunkt dydaktyczny lub osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr n. zdr. Aleksandra Radecka aleksandra.radecka@pum.edu.pl tel. 91 4800 989
Nazwa i dane kontaktowe jednostki	Katedra i Zakład Diagnostyki Funkcjonalnej i Medycyny Fizykalnej ul. Żołnierska 54, 71-210 Szczecin tel. 918106261
Strona internetowa jednostki	https://www.pum.edu.pl/studia_iii_stopnia/informacje_z_jednostek/wnoz/katedra_i_zakad_diagnostyki_funkcjonalnej_i_medycyny_fizykalnej
Język prowadzenia zajęć	polski

Informacje szczegółowe

Cele zajęć	Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z rolą jaką pełni aktywność fizyczna człowieka w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych. Studenci uzyskają wiedzę na temat fizjologicznych aspektów aktywności ruchowej, zmian adaptacyjnych organizmu pod wpływem aktywności ruchowej czy wpływu aktywności fizycznej na parametry biochemiczne organizmu. Ponadto celem przedmiotu jest również przekazanie informacji nt. zróżnicowania wydolności fizycznej ze względu na płeć, wiek oraz stan fizjologiczny i kliniczny pacjenta.	
Wymagania wstępne w zakresie	Wiedzy	Wiedza z zakresu fizjologii człowieka.
	Umiejętności	Umiejętność korzystania z bibliometrii dorobku naukowego PUM oraz z literatury naukowej.
	Kompetencji społecznych	Umiejętność pracy w zespole jak i samodzielnie.

EFEKTY UCZENIA SIĘ			
Ip. efektu uczenia się	Student, który zaliczył ZAJĘCIA wie/umie/potrafi:	SYMBOL (odniesienie do) efektów uczenia się dla kierunku	Sposób weryfikacji efektów UCZENIA SIĘ*
W01	Zna przyczyny, objawy i metody diagnostyczne wybranych chorób i zaburzeń, oparte na dowodach naukowych;	P7S_WG	PS, PM
W02	Zna metody terapeutyczne stosowane w wybranych chorobach i zaburzeniach, oparte na dowodach naukowych;	P7S_WG	PS, PM
U01	Posiada umiejętność wyszukiwania, zrozumienia, analizy i wykorzystania potrzebnych informacji pochodzących z literatury, baz danych i innych źródeł;	P7S_UK	PS, PM
K01	Ma świadomość własnych ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do innych specjalistów;	P7S_KK	PS, PM

Tabela efektów UCZENIA SIĘ w odniesieniu do formy zajęć						
Ip. efektu uczenia się	Efekty uczenia się	Forma zajęć				
		Ćwiczenia	e-learning			
1	W01		X			
2	W02		X			
3	U01	X				
4	K01	X				

TABELA TREŚCI PROGRAMOWYCH

Lp. treści programowej	Treści programowe	Liczba godzin	Odniesienie do efektów uczenia się dla ZAJĘĆ
Ćwiczenia			
TK01	Fizjologiczne aspekty aktywności ruchowej.	2	P7S_WG,
TK02	Aktywność ruchowa jako składowa profilaktyki zdrowia.	2	P7S_WG
TK03	Wysiłek fizyczny osób dorosłych, dzieci, kobiet w ciąży oraz osób starszych.	2	P7S_WG
TK04	Definicja i przykłady chorób cywilizacyjnych.	2	P7S_WG, P7S_UK
TK05	Znaczenie aktywności fizycznej w zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym.	12	P7S_WG, P7S_UK
Zalecana literatura:			
1. 1. Rutkowska E., Aktywność fizyczna w pielęgnowaniu zdrowia i terapii chorób, AM Lublin 1998			
2. Zaniewska D. i wsp., Aktywność ruchowa w zdrowiu i chorobie, Medicina Sportiva 2004			
3. Zatoń M., Jethon Z., Aktywność ruchowa w świetle badań fizjologicznych i promocji zdrowia, wydawnictwo AWF Wrocław 1998			
4. Mieczkowski T. (red.) Dodatnie i ujemne aspekty aktywności ruchowej, IKF US 2001			
Nakład pracy studenta			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [h]		
	W ocenie (opinii) nauczyciela		
Godziny kontaktowe z nauczycielem	10		
Przygotowanie do ćwiczeń/seminarium	10		
Czytanie wskazanej literatury	20		
Napisanie raportu z laboratorium/ćwiczeń/przygotowanie projektu/referatu itp.	20		
Przygotowanie do kolokwium/kartkówki			
Przygotowanie do egzaminu			
Inne			
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	60		
Punkty ECTS za moduł/przedmiot	2 pkt.		
Uwagi			

*Przykładowe sposoby weryfikacji efektów kształcenia:

EP – egzamin pisemny

EU - egzamin ustny

ET – egzamin testowy

EPR – egzamin praktyczny

K – kolokwium

R – referat

S – sprawdzenie umiejętności praktycznych

RZĆ – raport z ćwiczeń z dyskusją wyników

O - ocena aktywności i postawy studenta

SL - sprawozdanie laboratoryjne
SP – studium przypadku
PS - ocena umiejętności pracy samodzielnej
W – kartkówka przed rozpoczęciem zajęć
PM – prezentacja multimedialna
i inne