



SYLABUS ZAJĘĆ Informacje ogólne

Odnowa biologiczna	
Rodzaj ZAJĘĆ	Obowiązkowy
Wydział PUM	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Specjalność	Nie dotyczy
Poziom studiów	jednolite magisterskie X I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/>
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów /semestr studiów	Rok II, semestr IV
Liczba przypisanych punktów ECTS	1 ECTS
Formy prowadzenia zajęć (liczba godzin)	seminaria: 30 godz.
Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się	- zaliczenie na ocenę: <input type="checkbox"/> opisowe X testowe <input type="checkbox"/> praktyczne <input type="checkbox"/> ustne
Kierownik jednostki	prof. dr hab. n. zdr. Anna Lubkowska
Adiunkt dydaktyczny lub osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr n. zdr. Aleksandra Radecka e- mail: 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/wydzialy/wydzial-nauk-o-zdrowiu/zaklad-diagnostyki-funkcjonalnej-i-medycyny-fizykalnej
Język prowadzenia zajęć	polski

Informacje szczegółowe

Cele zajęć		Zapoznanie studentów z metodami odnowy biologicznej.
Wymagania wstępne w zakresie	Wiedzy	Znajomość podstawowych zagadnień z zakresu fizjologii człowieka.
	Umiejętności	
	Kompetencji społecznych	Systematyczność, nawyk samokształcenia.

EFEKTY UCZENIA SIĘ			
lp. efektu uczenia się	Student, który zaliczył ZAJĘCIA wie/umie/potrafi:	SYMBOL (odniesienie do) efektów uczenia się dla kierunku	Sposób weryfikacji efektów UCZENIA SIĘ*
W01	Wykorzystuje teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy odnowy biologicznej	C.W09	K
W02	Zna wskazania i przeciwwskazania do stosowania zabiegów z zakresu odnowy biologicznej	C.W10	K
U01	Planuje, dobiera i wykonuje zabiegi z zakresu balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej	C.U11.	K, PS, S
U02	Pokazuje obsługę aparatury do wykonywania zabiegów z zakresu odnowy biologicznej	C.U12.	PS, S
K01	Przyjmuje odpowiedzialność związaną z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób	K 9	O

Tabela efektów UCZENIA SIĘ w odniesieniu do formy zajęć

lp. efektu uczenia się	Efekty uczenia się	Forma zajęć
		Seminaria
1	W01	
2	W02	
3	U01	
4	U02	
5	K01	

TABELA TREŚCI PROGRAMOWYCH

Lp. treści programowej	Treści programowe	Liczba godzin	Odniesienie do efektów uczenia się dla ZAJĘĆ
SEMESTR Letni			
	Seminaria	30	

TK01	Wprowadzenie do tematyki odnowy biologicznej.	2	W01, W02, U01
TK02	Wykorzystanie zabiegów z zakresu fizykoterapii w procesie odnowy biologicznej.	2	W01, K.9
TK03	Podstawy zmęczenia i regeneracji powysiłkowej.	2	U02
	Wykorzystanie odnowy biologicznej w poszczególnych etapach regeneracji organizmu	2	W01, U01, K01
TK05	Najnowsze metody odnowy biologicznej po wysiłku fizycznym.	2	K01
TK06	Leczenie uzdrowiskowe	2	W01, U02, K01
TK07	Zabiegi wodolecznicze	2	U01, U02
TK08	Środki specjalne w odnowie biologicznej	2	U02, K01
TK09	Środki psychologiczne w odnowie biologicznej	2	U02
TK10	Elektroterapia w odnowie biologicznej	2	W02, U01
TK11	Podstawowe ruchy i techniki stosowane w masażu klasycznym.	2	W01, U01, U02, K01
TK12	Trening relaksacyjny.	2	U01,
TK13	Alternatywne formy odnowy biologicznej.	2	U01, K01
TK14	Zimnocznictwo jako forma odnowy biologicznej.	2	U02, K01
TK15	Ciepłocznictwo jako forma odnowy biologicznej.	2	U02, K01

Zalecana literatura:

Literatura podstawowa

1. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. Wyd. PZWL, Warszawa 2015.
2. Straburzyńska – Lupa, Fizjoterapia z elementami klinicznymi, Wyd. PZWL, 2008

Literatura uzupełniająca

1. Magiera L., Walaszek R., Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Wyd. BIOSPORT, Kraków 2007

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	30
Przygotowanie do ćwiczeń/seminarium	5
Czytanie wskazanej literatury	Nie dotyczy
Napisanie raportu z laboratorium/ćwiczeń/przygotowanie projektu/referatu itp.	Nie dotyczy
Przygotowanie do kolokwium/kartkówki	5
Przygotowanie do egzaminu	Nie dotyczy
Inne	Nie dotyczy

Sumaryczne obciążenie pracy studenta	40
Punkty ECTS za moduł/przedmiot	1 ECTS
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