



SYLABUS ZAJĘĆ Informacje ogólne

Metody relaksacyjnej pracy z ciałem	
Rodzaj ZAJĘĆ	Obieralny
Wydział PUM	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	IV rok/ VIII sem.
Liczba przypisanych punktów ECTS	2 ECTS
Formy prowadzenia zajęć (liczba godzin)	Ćwiczenia: 20 godzin
Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się	- zaliczenie na ocenę: <input type="checkbox"/> opisowe <input type="checkbox"/> testowe <input checked="" type="checkbox"/> praktyczne <input type="checkbox"/> ustne <input type="checkbox"/> zaliczenie bez oceny - egzamin końcowy: <input type="checkbox"/> opisowy <input type="checkbox"/> testowy <input type="checkbox"/> praktyczny <input type="checkbox"/> ustny
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/studia_iii_stopnia/informacje_z_jednostek/wnoz/katedra_i_zakad_diagnostyki_funkcjonalnej_i_medycyny_fizykalnej
Język prowadzenia zajęć	polski

*zaznaczyć odpowiednio, zmieniając na **X**

Informacje szczegółowe

Cele zajęć		Wykorzystanie koncepcji mięśniowo- powięziowych oraz relaksacyjnych w rehabilitacji osób z dysfunkcjami narządu ruchu
Wymagania wstępne w zakresie	Wiedzy	Podstawowa wiedza z anatomii prawidłowej, anatomii palpacyjnej i kinezyterapii
	Umiejętności	Umiejętność planowania pracy w grupie i pracy własnej
	Kompetencji społecznych	Systematyczność, nawyk samokształcenia, praca w grupie

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*
U01	Prezentuje zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii	C.U10	S, O
U02	Palpacyjnie lokalizuje wybrane elementy budowy anatomicznej i ich powiązania ze strukturami sąsiednimi, w tym kostne elementy będące miejscami przyczepów mięśni i więzadeł oraz punkty pomiarów antropometrycznych, mięśnie powierzchowne oraz ścięgna i wybrane wiązki naczyniowo-nerwowe;	A.U2	S, O
K01	Przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodowej;	K.4	S, O
Tabela efektów UCZENIA SIĘ w odniesieniu do formy zajęć			
lp. efektu uczenia się	Efekty uczenia się	Forma zajęć	
		Ćwiczenia	
1	U01	X	
2	U01	X	
3	K01	X	
TABELA TREŚCI PROGRAMOWYCH			
Lp. treści programowej	Treści programowe	Ilość godzin	Odniesienie do efektów uczenia się dla ZAJĘĆ

Semestr letni			
Ćwiczenia:20			
TK01	Wprowadzenie i założenia metod relaksacyjnych	2	U01, U02
TK02	Przeciążenia tkanek miękkich	2	U01, U02
TK03	Mięśniowo-powięziowe punkty spustowe	2	U02, K
TK04	Podstawowe aplikacje w obrębie kończyny górnej, szyi i klatki piersiowej	2	U01, K
TK05	Podstawowe aplikacje w obrębie kręgosłupa	2	U02, K
TK06	Podstawowe aplikacje w obrębie powłok brzusznych i kończyny dolnej	2	U01, U02, K
TK07	Automasaż jako forma relaksacji	2	U01, K
TK08	Zastosowanie Biofeedback w relaksacji	2	U02
TK09	Relaksacja progresywna według Edmunda Jacobsona	2	U01, K
TK10	Trening autogenny według Schultza	2	U01, U02, K
Zalecana literatura:			
Literatura podstawowa			
1. L. Chaitow <i>Techniki mięśniowo- powięziowe</i> Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2012			
2.C. J. Manheim <i>Rozluźnianie mięśniowo- powięziowe</i> Wydawnictwo Wyższej Szkoły i Terapii, Poznań 2011			
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	20		
Przygotowanie do ćwiczeń/seminarium	10		
Czytanie wskazanej literatury	10		
Napisanie raportu z laboratorium/ćwiczeń/przygotowanie projektu/referatu itp.	Nie dotyczy		
Przygotowanie do kolokwium/kartkówki	25		
Przygotowanie do egzaminu	Nie dotyczy		
Inne	Nie dotyczy		
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	65		

Punkty ECTS za moduł/przedmiot	2
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