

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH										
WYDZIAŁ FIZJOTERAPII										
KIERUNEK: FIZJOTERAPIA										
PROFIL KSZTAŁCENIA: OGÓLNOAKADEMICKI										
Moduł	NIE DOTYCZY									
Przedmiot	ODNOWA BIOLOGICZNA									
Rodzaj przedmiotu	Obowiązkowy									
Koordinator przedmiotu	Dr Hanna Adamczyk-Bujniewicz									
Treści programowe przedmiotu oparte na dorobku naukowym pracowników AWF w Katowicach										Tak
GRUPA ZAJĘĆ	C. Podstawy fizjoterapii									
Liczba godzi w poszczególnych semestrach i punkty ECTS	I ROK		II ROK		III ROK		IV ROK		V ROK	
	sem. 1	sem. 2	sem. 3	sem. 4	sem. 5	sem. 6	sem. 7	sem. 8	sem. 9	sem. 10
Wykład (godz./ECTS)								13/0,5		
Ćwiczenia (godz./ECTS)								26/0,5		
Praca własna (godz./ECTS)								13/0,5		
OCENA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	Zaliczenie na OCENĘ.									
CELE PRZEDMIOTU	C1. Zapoznanie z podstawami teoretycznymi odnowy biologicznej w sporcie i rekreacji. C2. Nauczenie dostosowania oraz odpowiedniego wykorzystania środków fizykalnych w procesie odnowy biologicznej. C3. Przygotowanie do prawidłowego planowania i nadzorowania procesu odnowy biologicznej w sporcie i rekreacji.									
EFEKTY UCZENIA SIĘ										
Wiedza – efekty wymienione w standardach	W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie: C.W9. teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej; C.W10. wskazania i przeciwwskazania do stosowania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej.									
Wiedza – efekty nie wymienione w standardach										
Umiejętności – efekty wymienione w standardach	W zakresie umiejętności absolwent potrafi: C.U11. zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej; C.U12. obsługiwać aparaturę do wykonywania zabiegów z zakresu fizykoterapii, balneoklimatologii oraz odnowy biologicznej;									
Umiejętności – efekty nie wymienione w standardach										
Kompetencje społeczne	Absolwent potrafi: K.S5. inicjować prace w zespole terapeutycznym oraz określać kierunki jego działania.									
WARUNKI WSTĘPNE	1. Podstawowa wiedza anatomiczna 2. Podstawowa wiedza z zakresu fizjologii człowieka 3. Wiedza i umiejętności w zakresie wykonywania zabiegów fizykalnych i masażu									
TEMATYKA PRZEDMIOTU										
WYKŁADY:										
1. Definicje, systemy oraz środki ob. 2. Zadania ob. we współczesnym sporcie i rekreacji 3. Rodzaje zmęczenia oraz przetrenowania 4. Wypoczynek i powrót zdolności do pracy 5. Programowanie zabiegów ob. w sporcie 6. Zabiegi fizykalne w ob. 7. Masaż w sporcie i podstawowych jednostkach chorobowych										
ĆWICZENIA:										
1. Teoretyczne podstawy masażu całościowego oraz izometrycznego. 2. Praktyczne aspekty masażu izometrycznego oraz masażu całościowego w procesie odnowy biologicznej. 3. Programowanie procesu odnowy biologicznej dla sportowców różnych specjalizacji. 4. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: piłka nożna. Część praktyczna: masaż sportowy: treningowy, startowy. 5. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: kolarstwo. Część praktyczna: masaż sportowy: podtrzymujący, powysiłkowy. 6. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: gry zespołowe. Część praktyczna: zabiegi hydroterapeutyczne w odnowie biologicznej.										

<p>7. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: pływanie, lekkoatletyka.</p> <p>8. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: gimnastyka, narciarstwo.</p> <p>9. Odnowa biologiczna różnych dyscyplinach sportu: sporty siłowe i inne. Część praktyczna: ciepło i zimno - leczenie miejscowe w stanach pourazowych i ob.</p> <p>10. Ciepłolecznictwo ogólne w o.b - sauna.</p> <p>11. Zimnolecznictwo ogólnoustrojowe dla potrzeb o.b – kriokomora.</p> <p>12. Podsumowanie procesu dydaktycznego. Prezentacja pozostałych opracowań własnych. Część 1.</p> <p>13. Podsumowanie procesu dydaktycznego. Prezentacja pozostałych opracowań własnych. Część 2.</p> <p>PRACA WŁASNA:</p> <p>1. Prezentacja multimedialna programowania ob. w różnych dyscyplinach sportu.</p> <p>2. Opracowanie i omówienie 2 najnowszych pozycji literaturowych dotyczących odnowy biologicznej.</p>	
<p>LITERATURA PODSTAWOWA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)</p>	
<p>1*. Gieremek K.,Dec L.: Problematyka odnowy biologicznej w sporcie. AWF Katowice 1990.</p> <p>2*. Gieremek K.,Dec L.: Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna w sporcie. AWF Katowice. Katowice 2000.</p> <p>3. Janiszewski M.: Elementy odnowy biologicznej. PWN Łódź 1994.</p> <p>4. Jethon Z.: Zmęczenie jako problem współczesnej cywilizacji. PZWL. Warszawa 1977.</p> <p>5. Podgórski T.: Masaż w rehabilitacji i sporcie Wydawnictwo AWF Warszawa 1989.</p> <p>6. Magiera L.: Masaż w kosmetyce i odnowie biologicznej. BIO- STYL. Kraków 2007.</p> <p>7. Szyndera M.: Odnowa biologiczna. Podręcznik odnowy psychosomatycznej. Red. J. Fenczyn, T. Kasperczyk. PZWL. Warszawa 1996.</p>	
<p>LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)</p>	
<p>1. Brzozowski K.,Herzig M.]: Odnowa biologiczna i psychiczna menadżerów sportu. Polska korporacja menadżerów sportu. Biblioteka menadżera sportu. Warszawa 2001.</p> <p>2. Kozłowski S.: Granice przystosowania. Wiedza Powszechna Warszawa 1986.</p>	
<p>WYBRANE PUBLIKACJE NAUKOWE PRACOWNIKÓW AWF W KATOWICACH DOTYCZĄCE TEMATYKI PRZEDMIOTU</p>	
<p>PROJEKTY</p>	
<p>METODY NAUCZANIA</p>	<p>1. Wykład</p> <p>2. Dyskusja</p> <p>3. Prezentacja multimedialna</p> <p>4. Ćwiczenia praktyczne</p>
<p>POMOCE NAUKOWE</p>	<p>1. Wanna do hydromasażu,</p> <p>2. Wanny do kąpieli wirowych</p> <p>3. Sauna</p> <p>4. Podstawowe wyposażenie gabinetu fizjoterapeutycznego</p> <p>5. Rzutnik multimedialny</p>
<p>METODY ZALICZENIA</p>	<p>1. Odpowiedź pisemna lub ustna; esej; raport; test; ustrukturyzowane pytania.</p> <p>2. Obserwacja (zaliczenie praktyczne).</p> <p>1. Przedstawienie prezentacji multimedialnej.</p> <p>PRACA WŁASNA: przygotowanie prezentacji multimedialnej.</p>
<p>KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ</p>	<p>2,0 – student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się (punktacja poniżej 50%)</p> <p>3,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym (51 do 60%)</p> <p>3,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym plus (61 do 70%)</p> <p>4,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym (71 do 80%)</p> <p>4,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym plus (81 do 90%)</p> <p>5,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu bardzo dobrym (91 do 100%)</p>