

KARTA PRZEDMIOTU II, III ROK
Rok akademicki 2022/2023; 2023/2024

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.C4.K	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Kinezyterapia Kinesitherapy
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Fizjoterapia
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Jednolite magisterskie
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Dr Marek Grabski, dr Tomasz Wójcik, mgr Mateusz Burak
1.6. Kontakt	marek.grabski@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	Podstawy anatomii, fizjologii, biomechanika.

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK/pracownia kinezyterapii	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Egzamin, zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład – informacyjny, konwersatoryjny, objaśnienie, opis Ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne – dyskusja wielokrotna (grupowa) (DG), uczenie aktywizujące – analiza przypadków(AP), metoda badawcza (MB), objaśnienie (OB), ćwiczenia przedmiotowe, zajęcia praktyczne	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Zembaty A. Kinezyterapia. Tom I Wyd. Kasper. Kraków 2002. 2. Zembaty A. Kinezyterapia. Tom II Wyd. Kasper. Kraków 2003. 3. Tarnacka B. Rehabilitacja. Asteria Med., Gdańsk 2019, wyd. I. 4. Dumas I. Metodyka i technika ćwiczeń leczniczych w kinezyterapii. Wrocław 2013.
	uzupełniająca	1. Baściuk I., Bogut B., Dumas I., Fiodorenko-Dumas Ż. Kinezyterapia w praktyce fizjoterapeuty. Wydawca: Górnicki, Wrocław, 2012. 2. Buckup K. Testy kliniczne w badaniu kości stawów i mięśni. PZWL. Warszawa 2007. 3. Józefowski P. Diagnostyka czynnościowa narządu ruchu z elementami...Wydawnictwo: Medpharm Polska, 2013. 4. Muscolino J.E., Śliwiński Z.(red.) Badanie palpacyjne układów mięśniowego i kostnego z uwzględnieniem punktów spustowych, stref odruchowych i stretchingu. Wyd. Elsevier Urban&Partne. Wrocław 2011. 5. Rosłowski A. Skolimowski T. Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych. PZWL Warszawa 2014.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

C1. Nabycie umiejętności przeprowadzenia diagnostyki funkcjonalnej oraz elementów diagnostyki różnicowej pacjenta na potrzeby kinezyterapii.

C2. Nauka doboru oraz właściwego prowadzenia dokumentacji o przebiegu procesu rehabilitacji.

Ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne:

C1. Umiejętność praktycznego wykorzystania sprzętów rehabilitacyjnych stosowanych w terapii pacjentów, oraz aparatury diagnostyczno-pomiarowej.

C2. Nabycie umiejętności praktycznych z zakresu wykonywania ćwiczeń leczniczych oraz posługiwania się elementami wybranych metod kinezyterapeutycznych stosowanych w procesie rehabilitacji.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykład:

1. Historia rozwoju fizjoterapii. Znaczenie kinezyterapii w procesie rehabilitacji.
2. Podstawy metodyczne kinezyterapii – ogniwa, cele, zadania, formy i środki kinezyterapii.
3. Systematyka kinezyterapii, kryteria podziału - kinezyterapia o działaniu miejscowym, kinezyterapia o oddziaływaniu ogólnousprawniającym, metody kinezyterapeutyczne
4. Fizjopatologia narządu ruchu - kości, mięśnie, stawy. Rodzaje uszkodzeń kości, stawów oraz mięśni. Określenie ich następstw w organizmie człowieka. Zjawisko adaptacji i kompensacji narządu ruchu. Prawa kompensacji wg. Anochina.
5. Fizjologiczne skutki aktywności fizycznej. Następstwa długotrwałego unieruchomienia. Cele, założenia metodyczne oceny siły mięśniowej wg Lovetta.
6. Punkty spustowe. Przyczyna powstawania, lokalizacja topograficzna, sposoby leczenia.
7. Ogólne zasady badania czynnościowego narządu ruchu, podstawowe pojęcia: badanie podmiotowe (wywiad) i przedmiotowe (miejscowe i ogólne - statyczne i dynamiczne) dla potrzeb kinezyterapii. Dokumentowanie wyników badań.
8. Analiza kinematyczna i dynamiczna chodu fizjologicznego. Czynniki wpływające na chód. Przyczyny i rodzaje chodu patologicznego. Funkcjonalna analiza chodu wg Perry.
9. Cele, wskazania, przeciwwskazania oraz technika wykonywania ćwiczeń leczniczych w kinezyterapii miejscowej.
10. Ćwiczenia oddechowe, biofeedback, metody relaksacyjne.
11. Założenia metodyczne do prowadzenia ćwiczeń ogólnokondycyjnych na sali i w basenie rehabilitacyjnym.
12. Zasady pionizacji biernej i czynnej. Przygotowanie chorego do nauki chodzenia o kulach. Rodzaje chodu o kulach. Testy lokomocyjne.
13. Podstawy teoretyczne stosowania metod kinezyterapeutycznych wykorzystywanych w procesie rehabilitacji. Podstawy ergonomii w pracy fizjoterapeuty.
14. Wybrane zagadnienia metod mechanicznych kinezyterapii. Podstawowe cele, założenia metodyczne – metody diagnozowania i leczenia zespołów bólowych kręgosłupa wg McKenzie. Podstawowe cele, założenia metodyczne metody Cyriax.
15. Wybrane zagadnienia metod reedukacji nerwowo-mięśniowej. Podstawowe cele, założenia metodyczne- metody Proprioceptywnego Torowania Nerwowo - Mięśniowego (PNF) Reedukacja chodu metodą PNF. Podstawowe cele, założenia metodyczne – metody NDT Bobath.
16. Metody edukacyjne w kinezyterapii. Metoda Integracji Sensorycznej i Weroniki Sherborne. Podstawowe cele, założenia metodyczne.
17. Wybrane zagadnienia metod edukacyjnych kinezyterapii. Podstawowe cele, założenia metodyczne – metody ćwiczeń w podwieszeniach S- E-T.
18. Neuromobilizacje - wskazania, przeciwwskazania do stosowania.
19. Znaczenie taśm mięśniowo-powięziowych wg. Myersa w procesie diagnostyki, oceny funkcjonalnej i leczenia pacjentów.
20. Propriocepcja - rola ćwiczeń proprioceptywnych w procesie rehabilitacji u pacjentów po zabiegach operacyjnych w obrębie narządu ruchu.

Ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne:

1. Zapoznanie z kartą przedmiotu i wymaganiami do zaliczenia przedmiotu .
2. Rodzaje uszkodzeń kości, stawów oraz mięśni. Określenie ich następstw w organizmie człowieka. Zjawisko adaptacji i kompensacji narządu ruchu. Prawa kompensacji wg. Anochina.
3. Fizjopatologia wysiłku fizycznego. Fizjologiczna klasyfikacja wysiłków fizycznych. Wysiłek dynamiczny i statyczny. Wpływ wysiłku na czynność układu krążenia, oddechowego, płyny ustrojowe, układ pokarmowy, wydalinowy, hormonalny. Zmęczenie: obwodowe, ośrodkowe, przewlekłe, zmęczenie, zespół wyczerpania. Wydolność fizyczna i tolerancja wysiłkowa. Ocena wydolności fizycznej.
4. Testy wydolnościowe: PWC 170, Ruffiera, próba Harvardzka, próba plecakowa, próba Marineta, próba Mastera, próba ortostatyczna. Wybrane testy z użyciem dostępnej aparatury diagnostyczno-pomiarowej.
5. Badanie palpacyjne układów mięśniowego i kostnego. Wybrane struktury kostne, mięśniowe, punkty referencyjne. Badanie palpacyjne skóry oraz przesuwalności powięzi powierzchownej.
6. Metoda SFTR. Dokonywanie oceny zakresu ruchomości w stawach. Nauka wykonywania dynamicznego badania miejscowego. Orientacyjne i liniowe pomiary ruchomości poszczególnych odcinków kręgosłupa.
7. Biomechanika mięśniowo-stawowa. Analiza aktywności mięśni podczas określonego ruchu w danym stawie.
8. Metodologia testu Lovetta. Ocena siły mięśni brzucha, grzbietu, kończyn górnych oraz dolnych w skali Lovetta.
9. Zastosowanie skali Ashworth jako narzędzia do oceny nasilenia spastyczności. Metodologia skali Ashworth. Nauka rodzajów i oceny chwytu kończyny górnej.
10. Nauka umiejętności prawidłowego wykonywania wybranych testów klinicznych w odniesieniu do układu

<i>kostnego, mięśniowego, stawowego i więzadłowego.</i>		
11.	<i>Nauka pionizacji chorych z wykorzystaniem sprzętu rehabilitacyjnego. Analiza i ocena chodu. Rodzaje chodu patologicznego. Chód z użyciem sprzętu ortopedycznego</i>	
12.	<i>Technika wykonywania ćwiczeń leczniczych. Wskazania, przeciwwskazania oraz metodyka ćwiczeń. Przykłady wykorzystania ćwiczeń w wybranych jednostkach chorobowych. Nauka praktycznego wykonywania ćwiczeń z użyciem dostępnych sprzętów rehabilitacyjnych.</i>	
13.	<i>Ćwiczenia równoważne oraz samkokontrolowane w oparciu o mechanizm biofeedbacku. Specyfika wykonywania ćwiczeń. Nauka praktycznego wykorzystania ćwiczeń w odniesieniu do przypadków klinicznych.</i>	
14.	<i>Ćwiczenia propriocepcji jako istotny element rehabilitacji. Metodologia, wskazania, przeciwwskazania. Przykłady praktycznego wykorzystania ćwiczeń propriocepcji w rehabilitacji.</i>	
15.	<i>Wybrane metody neurofizjologiczne w kinezyterapii. Metodyka, wskazania, przeciwwskazania oraz cele zastosowania metody Proprioceptywnego Torowania Nerwowo - Mięśniowego (PNF) w wybranych schorzeniach. Metodyka, wskazania, przeciwwskazania oraz cele zastosowania metody NDT-Bobath.</i>	
16.	<i>Metody leczenia mechanicznego w kinezyterapii. Elementy metody McKenzie - wskazania, przeciwwskazania, klasyfikacja zespołów bólowych oraz nauka doboru właściwego sposobu postępowania rehabilitacyjnego u pacjentów z dolegliwościami bólowymi kręgosłupa. Elementy metody Cyriax – wskazania, przeciwwskazania, postępowanie usprawniające z wykorzystaniem elementów metody Cyriax.</i>	
17.	<i>Metody edukacyjne w kinezyterapii. Elementy metody Integracji Sensorycznej, wskazania, przeciwwskazania, przebieg terapii z wykorzystaniem elementów Integracji Sensorycznej. Elementy metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne – wskazania, metodyka, możliwości wykorzystania w terapii.</i>	
18.	<i>Punkty spustowe. Lokalizacja palpacyjna oraz terapia wybranych punktów spustowych poprzez kompresję oraz wybrane elementy metod kinezyterapeutycznych.</i>	
19.	<i>Elementy metody Kinesjologii Taping - wskazania, przeciwwskazania oraz nauka praktycznego wykorzystania elementów plastrowania dynamicznego w wybranych jednostkach chorobowych.</i>	
20.	<i>Postępowanie rehabilitacyjne w wadach postawy ciała. Metodyka ćwiczeń wykorzystywanych podczas postępowania usprawniającego w wadach postawy ciała. Wykonywanie ćwiczeń w otwartych i zamkniętych łańcuchach kinematycznych.</i>	
21.	<i>Nauka właściwego prowadzenia oraz uzupełniania dokumentacji medycznej pacjenta zawierającej przebieg procesu rehabilitacji z uwzględnieniem jej postępów, zmian, zakończenia procesu rehabilitacji.</i>	

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01	teoretyczne, metodyczne i praktyczne podstawy kinezyterapii , terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;	FIZJ_C.W7. FIZJ_OW5 FIZJ_OW6
W02	wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń stosowanych w kinezyterapii , terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;	FIZJ_C.W8. FIZJ_OW7
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI potrafi:		
U01	zaplanować, dobrać i wykonać zabiegi z zakresu kinezyterapii , terapii manualnej i masażu oraz specjalnych metod fizjoterapii;	FIZJ_C.U8. FIZJ_OU1
U02	obsługiwać i stosować urządzenia z zakresu kinezyterapii , fizykoterapii, masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;	FIZJ_C.U9. FIZJ_OU2
U03	wykazać zaawansowane umiejętności manualne pozwalające na zastosowanie właściwej techniki z zakresu kinezyterapii , masażu i terapii manualnej oraz specjalnych metod fizjoterapii;	FIZJ_C.U10. FIZJ_OU3
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01	przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej;	FIZJ_OK4
K02	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;	FIZJ_OK5

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się																					
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne – zaliczenie praktyczne		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C P	...	W	C P	...	W	C P	...	W	C P	...	W	C P	...	W	C P	...	W	C P	...
W01	x				x					x						x					
W02	x				x					x						x					
U01										x									x		
U02										x									x		
U03										x									x		
K01										x											
K02										x						x					

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	61%-68% prawidłowych odpowiedzi
	3,5	69%-76% prawidłowych odpowiedzi
	4	77%-84% prawidłowych odpowiedzi
	4,5	85%-92% prawidłowych odpowiedzi
	5	93%-100% prawidłowych odpowiedzi
Ćwiczenia praktyczne (CP)*	3	61%-68% ogólnej liczby punktów z wiedzy teoretycznej i praktycznego zaliczenia
	3,5	69%-76% ogólnej liczby punktów z wiedzy teoretycznej i praktycznego zaliczenia
	4	77%-84% ogólnej liczby punktów z wiedzy teoretycznej i praktycznego zaliczenia
	4,5	85%-92% ogólnej liczby punktów z wiedzy teoretycznej i praktycznego zaliczenia
	5	93%-100% ogólnej liczby punktów z wiedzy teoretycznej i praktycznego zaliczenia

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	145	145
Udział w wykładach	45	45
Udział w ćwiczeniach kształtujących umiejętności praktyczne	100	100
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	80	80
Przygotowanie do wykładu	20	20
Przygotowanie do ćwiczeń kształtujących umiejętności praktyczne	40	40
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium	20	20
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	225	225
PUNKTY ECTS za przedmiot	9	9

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....