

**KARTA PRZEDMIOTU – I ROK**  
**Rok akademicki 2022/2023**

<b>Kod przedmiotu</b>	0114.7.WF2.B/C7.PMiTwWFiS	
<b>Nazwa przedmiotu w języku</b>	polskim	<b>Podstawy medycyny i traumatologii w wychowaniu fizycznym i sporcie</b> <i>The basics of medicine and Traumatology in physical education and sport</i>
	angielskim	

**1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

<b>1.1. Kierunek studiów</b>	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
<b>1.2. Forma studiów</b>	<i>stacjonarne / niestacjonarne</i>
<b>1.3. Poziom studiów</b>	<i>drugiego stopnia</i>
<b>1.4. Profil studiów*</b>	<i>praktyczny</i>
<b>1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu</b>	<i>dr n. med. Marek Grabski</i>
<b>1.6. Kontakt</b>	<i>marek.grabski@ujk.edu.pl</i>

**2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

<b>2.1. Język wykładowy</b>	<i>polski</i>
<b>2.2. Wymagania wstępne*</b>	<i>Anatomia, fizjologia. Znajomość fizjologii układu ruchu, znajomość fizjologii wysiłku fizycznego wydolności fizycznej, zmian czynnościowych w organizmie podczas wysiłku fizycznego</i>

**3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

<b>3.1. Forma zajęć</b>	<i>wykłady</i>	
<b>3.2. Miejsce realizacji zajęć</b>	<i>zajęcia w pomieszczeniach UJK</i>	
<b>3.3. Forma zaliczenia zajęć</b>	<i>zaliczenie z oceną</i>	
<b>3.4. Metody dydaktyczne</b>	<i>Wykłady – informacyjny, konwersatoryjny; wykorzystanie techniczne środków dydaktycznych, dyskusja wielokrotna (grupowa) (DG), uczenie aktywizujące – analiza przypadków(AP), metoda badawcza (MB),</i>	
<b>3.5. Wykaz literatury</b>	<b>podstawowa</b>	<i>1. Marciniak W. Szulc A. Wiktora Degi ortopedia i rehabilitacja. tom I. Tom II PZWL. Warszawa. 2003, 2004. 2. Dziak A. Tayara S. Urazy i uszkodzenia w sporcie. Wyd. KASPER. Kraków. 2000. 3. Backup K. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. PZWL. Warszawa 2007.</i>
	<b>uzupełniająca</b>	<i>1. Zatoń M. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej PWN Warszawa 2010. 2. Konturek S. Brzozowski T. Fizjologia człowieka t.I-fizjologia ogólna, krew, mięśni. Wydawnictwo UJ Kraków 2003. 3. Górski J. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. PZWL Warszawa 2006. 4. Donatelli R. Rehabilitacja w sporcie. Elsevier Wrocław 2011.</i>

**4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

<b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <i>Wykłady:</i> C1. Wyposażenie studenta w zasób wiedzy z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego. C2. Wyposażenie studenta w podstawową wiedzę z zakresu specyfiki uszkodzeń narządu ruchu. C3. Przygotowanie studenta do badania przedmiotowego w zakresie układu ruchu. C4. Wyrobienie u studenta umiejętności postępowania w urazach narządu ruchu. C5. Zapoznanie studenta z zasadami leczenia i rehabilitacji w uszkodzeniach sportowych.
<b>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <i>Wykłady:</i> 1. Patofizjologia układu kostno-mięśniowo- stawowego. 2. Wpływ wysiłku na organizm człowieka- fizjologia zmęczenia, wydolności, regeneracja po wysiłku. 3. Specyfika uszkodzeń narządu ruchu z uwzględnieniem urazów sportowych. 4. Zmęczenie oraz uszkodzenia mięśni i pojęcie przetrenowania. 5. Patofizjologia urazów przeciężeniowych. 6. Wybrane urazy narządu ruchu. 7. Podstawy badania podmiotowego i przedmiotowego narządu. 8. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- obręcz barkowa. 9. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- pas biodrowy. 10. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- stawy kolanowe. 11. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- stawy stopu i śródstopia. 12. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej.

#### 4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie <b>WIEDZY:</b>		
W01	Potrafi wyjaśnić mechanizm zaburzeń strukturalnych wywołanych bezpośrednim urazem lub przeciążeniem.	WF2P_W01
W02	Zna reakcje fizjologiczne organizmu podczas wysiłku, zjawisko zmęczenia i procesy regeneracji powysiłkowej.	WF2P_W03
w zakresie <b>UMIEJĘTNOŚCI:</b>		
U01	Potrafi wykonać podstawowe testy diagnostyczne dotyczące funkcjonowania poszczególnych obszarów układu ruchu.	WF2P_U01
U02	Wykonuje testy wydolności na potrzeby oceny sprawności podstawowych komponentów sprawności fizycznej.	WF2P_U02
w zakresie <b>KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
K01	Potrafi określić priorytety przystępując do realizacji zadania związanego z wykonywanym zawodem. Dbą o swój rozwój zawodowy.	WF2P_K01

#### 4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...			
W01				x						x											
W02				x						x											
U01				x						x											
U02				x						x											
K01										x											

\*niepotrzebne usunąć

#### 4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Wynik kolokwium - 61% - 68% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 50% zajęć.
	3,5	Wynik kolokwium - 69% - 76% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 60% zajęć.
	4	Wynik kolokwium - 77% - 84% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 70% zajęć.
	4,5	Wynik kolokwium - 85% - 92% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 80% zajęć.
	5	Wynik kolokwium - 93% - 100% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 90% zajęć.

#### 5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	15
Udział w wykładach*	25	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	35
Przygotowanie do wykładu*	5	5
Przygotowanie do kolokwium*	20	30
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

\*niepotrzebne usunąć

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

.....