

KARTA PRZEDMIOTU
Rok akademicki 2020/2021

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C17.PZ	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Profilaktyka zdrowotna <i>Health prevention</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
1.2. Forma studiów	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>pierwszego stopnia</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Specjalność*	<i>nauczycielska</i>
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	<i>Dr Grażyna Lis</i>
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	<i>Dr Grażyna Lis</i>
1.9. Kontakt	<i>grazyna.lis@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	<i>P/K - podstawowy/kierunkowy</i>
2.2. Język wykładowy	<i>język polski</i>
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	<i>VI</i>
2.4. Wymagania wstępne*	<i>brak</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>wykłady, ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych UJK lub wykłady online</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Wykłady – wykład problemowy, konwersatoryjny Ćwiczenia – analiza przypadków, dyskusja panelowa</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Syrek E., Borzucka-Sitkiewicz K., <i>Edukacja zdrowotna</i>. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2009. 2. Nowak-Starz G., <i>Rozwój i zagrożenia zdrowia populacji w wieku rozwojowym w okresie przemian społeczno-ekonomicznych w Polsce</i>. Wszechnica Świętokrzyska, Kielce 2008. 3. Kaczor P., <i>Zasady tworzenia programów profilaktycznych</i>. <i>Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu</i> 2012, 18 (1), 55-58.
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dębska G., Goździalska A., Jaśkiewicz J., <i>Rodzina w zdrowiu i chorobie. Uwarunkowania środowiskowe zdrowia</i>. Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2012. 2. Bulicz E, Murawow I. <i>Czy profilaktyka medyczna prowadzi do zdrowia?</i> Politechnika Radomska. Wydawnictwo, Radom 2006.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dostarczenie wiedzy na temat głównych zagadnień z zakresu edukacji zdrowotnej, zwrócenie uwagi na znaczenie działań profilaktycznych w życiu człowieka, kształtowanie postawy prozdrowotnej. 2. Przygotowanie do pełnienia roli promotorów zdrowego stylu życia. 3. Opanowanie umiejętności identyfikowania czynników kształtujących dobre zdrowie oraz planowania programu zdrowego stylu życia dla osób w różnym wieku ze szczególnym uwzględnieniem planu aktywności fizycznej. <p><i>Rozwój i zagrożenia zdrowia populacji w wieku rozwojowym profilaktyka medyczna</i></p>

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

1. Zakres edukacji zdrowotnej, znaczenie działań profilaktycznych w życiu człowieka, kształtowanie postawy prozdrowotnej.
2. Czynniki kształtujące zdrowie: styl życia, aktywność fizyczna, odżywianie, czynniki środowiskowe. Psychiczne funkcjonowanie człowieka w aspekcie działalności edukacyjnej i sportowej.
3. Zmiany zachodzące w budowie i czynnościach organizmu w każdym etapie rozwoju ontogenetycznego.
4. Świadomość zagrożeń dla zdrowia będących konsekwencją niedoboru lub nadmiaru aktywności fizycznej, plan aktywności fizycznej.

Ćwiczenia:

1. Ocena doboru różnych form aktywności fizycznej i dyscyplin zależnie od wieku, stanu zdrowia i oceny wydolności fizycznej ucznia.
2. Diagnozowanie rozwoju somatycznego i motorycznego ucznia oraz postawy ciała ucznia.
3. Zasady tworzenia programów profilaktycznych z wykorzystaniem wiedzy teoretycznej do praktyki profilaktycznej. Praktyczne oddziaływania na różnych poziomach profilaktyki.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	Wyszczególnia i objaśnia terminologię związaną z rozwojem struktury i funkcji w ontogenezie.	WF1P_W01 - posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu nauk biologicznych związanych z rozwojem człowieka
W02	Charakteryzuje psychiczne funkcjonowanie człowieka w aspekcie działalności edukacyjnej i sportowej.	WF1P_W04 - dysponuje wiedzą oraz posiada elementarny zasób pojęć na tematy związane z psychicznym funkcjonowaniem człowieka w aspekcie działalności edukacyjnej i sportowej
W03	Wskazuje i objaśnia wpływ czynników kształtujących zdrowie na zmiany w budowie i czynnościach organizmu oraz potrafi ocenić zagrożenia zdrowotne w populacji będące wynikiem niedoboru lub nadmiaru aktywności fizycznej.	WF1P_W05 - zna wpływ zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej, odżywiania oraz czynników środowiskowych na zmiany zachodzące w budowie i czynnościach organizmu w każdym etapie rozwoju ontogenetycznego oraz jest świadomy zagrożeń dla zdrowia będących konsekwencją niedoboru lub nadmiaru aktywności fizycznej
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi diagnozować rozwój somatyczny i motoryczny ucznia oraz postawę jego ciała za pomocą metod kontroli i norm oceny procesów wzrastania oraz rozwoju czynnościowego.	WF1P_U04 - posiada umiejętność diagnozowania rozwoju somatycznego i motorycznego ucznia oraz postawy ciała ucznia
U02	Potrafi ocenić dobór różnych form aktywności fizycznej i dyscyplin zależnie od wieku, stanu zdrowia i oceny wydolności fizycznej ucznia.	WF1P_U07 - posiada umiejętności w zakresie udzielania wskazówek dotyczących doboru form aktywności fizycznej i dyscyplin dostosowanych do wieku i stanu zdrowia ucznia, oceny jego wydolności fizycznej
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Wykazuje postawę gotowości do rozwoju osobistego oraz ciągłego doskonalenia się	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	Potrafi określać i realizować cele edukacyjne i sportowe zachowując swoją autonomię w podejmowaniu wyborów. W swoim działaniu odznacza się empatią i wrażliwością na drugiego człowieka oraz otwartością na zmiany i współpracowników.	WF1P_K04 - potrafi odpowiednio określić priorytety służące realizacji określonych celów edukacyjnych i sportowych, dokonując wyborów jest odpowiedzialny i autonomiczny, wykazuje aktywność, odznacza się wytrwałością w realizacji indywidualnych i zespołowych zadań, jest otwarty na zmiany i wrażliwy na potrzeby uczniów

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																					
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna - prezentacja			Praca w grupie*			Inne – zaliczenie		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01				X	X								X	X			X				
W02				X	X								X	X			X				
W03				X	X								X	X			X				
U01				X	X								X	X			X				
U02				X	X								X	X			X				
K01				X	X								X	X			X				
K02				X	X								X	X			X				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	od 61 do 68% zakładanych efektów kształcenia z kolokwium i wykonanych zadanych prac
	3,5	od 69 do 76% zakładanych efektów kształcenia z kolokwium i wykonanych zadanych prac
	4	od 77 do 84% zakładanych efektów kształcenia z kolokwium i wykonanych zadanych prac
	4,5	od 85 do 92% zakładanych efektów kształcenia z kolokwium i wykonanych zadanych prac
	5	od 93 do 100% zakładanych efektów kształcenia z kolokwium i wykonanych zadanych prac
ćwiczenia (C)*	3	od 61 do 68% zakładanych efektów kształcenia - wykonanie zadanych prac
	3,5	od 69 do 76% zakładanych efektów kształcenia - wykonanie zadanych prac
	4	od 77 do 84% zakładanych efektów kształcenia - wykonanie zadanych prac, aktywność na zajęciach
	4,5	od 85 do 92% zakładanych efektów kształcenia - wykonanie zadanych prac, aktywność na dobrym poziomie
	5	od 93 do 100% zakładanych efektów kształcenia-aktywność na wysokim poziomie

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	
Udział w wykładach*	15	
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	10	
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*		
Inne (jakie?)*		
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	
Przygotowanie do wykładu*	10	
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	15	
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*		
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	

*niepotrzebne usunąć

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

.....