

## KARTA PRZEDMIOTU

### Rok akademicki 2018/2019

<b>Kod przedmiotu</b>	0114-7WF-B/C17-PZ	
<b>Nazwa przedmiotu w języku</b>	polskim	<b>Profilaktyka zdrowotna</b> <i>Health prevention</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>pierwszego stopnia</i>
<b>1.4. Profil studiów*</b>	<i>praktyczny</i>
<b>1.5. Specjalność*</b>	<i>nauczycielska</i>
<b>1.6. Jednostka prowadząca przedmiot</b>	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
<b>1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu</b>	<i>Dr n. o zdr. Grażyna Lis</i>
<b>1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot</b>	<i>Dr n. o zdr. Grażyna Lis, mgr Sylwia Uniejewska,</i>
<b>1.9. Kontakt</b>	<i>grazyna.lis@ujk.edu.pl</i>

#### 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>2.1. Przynależność do modułu</b>	<i>P/K - podstawowy/kierunkowy</i>
<b>2.2. Język wykładowy</b>	<i>język polski</i>
<b>2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot</b>	<i>VI</i>
<b>2.4. Wymagania wstępne*</b>	<i>podstawowa wiedza z zakresu biologii człowieka oraz podstaw rozwoju i wychowania</i>

#### 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

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

#### 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

<b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostarczenie wiedzy na temat głównych zagadnień z zakresu edukacji zdrowotnej, zwrócenie uwagi na znaczenie działań profilaktycznych w życiu człowieka, kształtowanie postawy prozdrowotnej.</li> <li>2. Przygotowanie do pełnienia roli promotorów zdrowego stylu życia.</li> <li>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.</li> </ol> <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

Effekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
<b>w zakresie WIEDZY:</b>		
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
<b>w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:</b>		
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
<b>w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
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*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*					
	Forma zajęć			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	...	W	C	...
W01				+	+									+			+							
W02				+	+									+			+							
W03				+	+									+			+							
U01				+	+									+			+							
U02				+	+									+			+							
K01				+	+									+					+	+				
K02				+	+									+					+	+				

\*niepotrzebne usunąć

**4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia**

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Opanowanie treści na poziomie podstawowym, odpowiedzi chaotyczne, konieczne pytania naprowadzające.
	3,5	Opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, wymaga pomocy nauczyciela.
	4	Opanowanie treści programowych na poziomie podstawowym, odpowiedzi usystematyzowane, samodzielne. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach typowych.
	4,5	Zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o podane piśmiennictwo uzupełniające. Rozwiązywanie problemów w sytuacjach nowych i złożonych.
	5	Zakres prezentowanej wiedzy wykracza poza poziom podstawowy w oparciu o samodzielnie zdobyte naukowe źródła informacji
ćwiczenia (C)*	3	Opanował większość treści programowej na poziomie podstawowym, wiedza chaotyczna, wymaga prostych pytań naprowadzających
	3,5	Opanował większość treści programowej na poziomie zadawalającym, po ukierunkowaniu prezentuje swoją wiedzę, potrafi ją wykorzystać
	4	Treści programowe opanował na zadawalającym poziomie, samodzielnie prezentuje i wykorzystuje wiedzę w typowych sytuacjach
	4,5	Opanował pełny zakres treści programu zna nowości z zakresu przedmiotu, potrafi zastosować wiedzę w nowych sytuacjach po ukierunkowaniu
	5	Opanował pełny zakres treści programu zna nowości z zakresu przedmiotu, potrafi zastosować wiedzę w nowych sytuacjach po ukierunkowaniu

**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*		
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>50</b>	
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>2</b>	

\*niepotrzebne usunąć

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

.....