

# PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

## KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2014/2015

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Fizjoterapia

Profil: Praktyczny

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 12.6

Stopień studiów: I

Specjalności: bez specjalności

### 1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Kinezyterapia
KOD PRZEDMIOTU	IKF 12.6 PIS B2 14/15
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	9
SEMESTRY	2 3 4

### 2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LABORATORYJNE/ SEMINARIUM	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
2				30	
3				60	
4	15			60	

### 3 CELE PRZEDMIOTU

**Cel 1** Nabycie umiejętności przeprowadzenia podstawowej diagnostyki fizjoterapeutycznej, jej dokumentowania oraz właściwego planowania i ewaluacji programów postępowania profilaktycznego i fizjoterapeutycznego.

**Cel 2** Nabycie umiejętności prowadzenia odpowiednich dla stanu pacjenta ćwiczeń ruchowych z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń wykorzystywanych w kinezyterapii.

**Cel 3** Poznanie założeń, mechanizmów działania, zasad doboru, możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych stosowanych w kinezyterapii.



## 4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Podstawowa znajomość anatomii, fizjologii i biomechaniki układu ruchu człowieka.

## 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

**EK1** Wiedza: Student zna założenia, mechanizmy działania, zasady doboru oraz możliwe skutki uboczne ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych stosowanych w kinezyterapii.

**EK2** Umiejętności: Student potrafi przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.

**EK3** Umiejętności: Student potrafi przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.

**EK4** Kompetencje społeczne: Student potrafi efektywnie komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.

## 6 TREŚCI PROGRAMOWE

### WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Schemat badania narządu ruchu. Rodzaje ruchów. Czynniki determinujące zakres ruchów czynnych i biernych. Sposoby goniometrycznej oceny zakresów ruchów. Karta badania narządu ruchu. Przyczyny ograniczenia zakresu ruchów biernych i czynnych. Reguły zapisu zakresów ruchu w metodzie SFTR. Wskazania i p-wskazania do wykonywania pomiarów goniometrycznych.	2
W2	Znajomość topograficznych punktów kostnych. Zasady obowiązujące podczas wykonywania pomiarów liniowych. Zasady zapisu wyników pomiarów. Zasady doboru, metodyki wykonania i interpretacji podstawowych testów funkcjonalnych.	2
W3	Podstawy badania siły mięśniowej metodą Lovett'a. Zasady stopniowania siły w metodzie tradycyjnej. Wskazania i p-wskazania do testowania siły mięśniowej. Sposoby zapisu uzyskanych wyników. Różnice w testowaniu siły mięśni kkg, kkd, tułowia, głowy i szyi. Ruchy trikowe, substytucyjne. Wskazania i p-wskazania do alternatywnej oceny siły mięśniowej. Zasady zapisu siły wg metodyki SFTR.	2
W4	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń biernych właściwych. Zasady i metodyka ciągłego ruchu biernego (CPM - continuous passive motion). Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń biernych redresyjnych. Zasady główne i formy prowadzenia redresji i autoredresji. Oddziaływanie statyczne progresywne i dynamiczne.	2
W5	Rodzaje współdziałania mięśni, współdziałanie synergistów. Synergizmy względne i bezwzględne. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń izometrycznych i synergistycznych. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu. Rodzaje odciążeń. Główne zasady prowadzenia ćwiczeń..	2
W6	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu z oporem. Rodzaje oporów i zasady ich stosowania. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych wspomaganych i samowspomaganych. Formy wspomagania. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych właściwych i czynnych z oporem. Formy oporu i ich wpływ na rodzaj skurczu mięśni.	2



## WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W7	Metody treningu oporowego. Dobór ćwiczeń w zależności od siły mięśniowej. Podstawy neuromechaniki. Przyczyny i typowe miejsca ucisku nerwów. Zasady, wskazania i p-wskazania diagnozowania i neuromobilizacji. Automobilizacje.	2
W8	Sposoby zwiększania zakresu ruchu. Neurofizjologiczne podstawy relaksacji mięśni. Metodyka i sposoby wykonania poizometrycznej relaksacji mięśni. Analiza faz chodu. Wyznaczniki kinematyczne chodu prawidłowego. Rodzaje i przyczyny chodu patologicznego. Testy lokomocyjne. Etapy nauki chodzenia.	1
	<b>RAZEM</b>	<b>15</b>

## ĆWICZENIA KLINICZNE/PRAKTYKI

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
P1	Metodyka badania goniometrycznego. Goniometryczne pomiary zakresu ruchów w stawach kończyn górnych. Zapis pomiarów wg metody SFTR (fizjologiczny, przykurcze, usztywnienia).	5
P2	Metodyka badania goniometrycznego. Goniometryczne pomiary zakresu ruchów w stawach kończyn dolnych. Zapis pomiarów wg metody SFTR (fizjologiczny, przykurcze, usztywnienia).	4
P3	Orientacyjne pomiary długości kkg i kkd. Pomiary linijne długości kkg i kkd (dł. względnej, bezwzględnej, absolutnej, odcinkowej). Pomiary obwodów kkg i kkd. Pomiary linijne ruchomości kręgosłupa i zakresu ruchów tułowia.	4
P4	Wykonanie i interpretacja wybranych testów funkcjonalnych. Ocena stawów obwodowych, kręgosłupa, mięśni, nerwów, naczyń krwionośnych.	8
P5	Praktyczna nauka testowania mięśni kkg. Zapis uzyskanych wyników.	4
P6	Praktyczna nauka testowania mięśni kkd. Zapis uzyskanych wyników.	4
P7	Praktyczna nauka testowania mięśni tułowia oraz mięśni mimicznych. Zapis uzyskanych wyników.	4
P8	Alternatywne metody oceny siły mięśniowej. Zapis uzyskanych wyników. Interpretacja uzyskanych wyników.	4
P9	Analiza przypadków pacjentów z różnymi dysfunkcjami. Planowanie i przeprowadzenie diagnostyki w oparciu o nabyte umiejętności.	4
P10	Metodyka prowadzenia ćwiczeń biernych właściwych. Pozycje wyjściowe, chwyt, stabilizacja, charakter ruchu.	4
P11	Metodyka prowadzenia ćwiczeń biernych redresyjnych i autoredresji. Pozycje wyjściowe, chwyt, stabilizacja, charakter ruchu. Zasada "krótkich dźwigni".	4
P12	Rodzaje skurczów mięśniowych. Metodyka prowadzenia ćwiczeń izometrycznych. Synergizmy względne i bezwzględne. Metodyka prowadzenia ćwiczeń synergistycznych ipsilateralnych i kontralateralnych.	4
P13	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu. Formy odciążeń, efektywność różnych rodzajów odciążeń.	4
P14	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu z oporem. Formy oporów, efektywność różnych rodzajów oporów.	4
P15	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych wspomaganych i samowspomaganych. Formy wspomagania.	4
P16	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych właściwych. Formy zwiększania trudności ćwiczeń czynnych właściwych. Autoredresje z wykorzystaniem zestawu blozkowo-ciężarkowego. Wyciągi redresyjne.	4
P17	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych z oporem. Dobór i dawkowanie oporu. Praca koncentryczna i ekscentryczna mięśni. Wykorzystanie różnych form oporu. Metodyka prowadzenia treningu oporowego.	4



## ĆWICZENIA KLINICZNE/PRAKTYKI

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
P18	Analiza przypadków pacjentów z różnymi dysfunkcjami. Planowanie leczenia i modyfikacja programu usprawniania w oparciu o wyniki uzyskanych badań. Dobór odpowiednich ćwiczeń w zależności od uzyskanych wyników. Praktyczne wykonanie ćwiczeń.	4
P19	THERAPY MASTER - metodyka prowadzenia ćwiczeń w odciążeniu, wspomaganych, w odciążeniu z oporem.	4
P20	Neuromobilizacje - metodyka badania i usprawniania. Automobilizacje, Ćwiczenia poślizgowe nerwów obwodowych kkg.	4
P21	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni kkg.	4
P22	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni kkd.	4
P23	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni tułowia.	4
P24	Analiza chodu prawidłowego i chodów patologicznych. Przygotowanie do nauki chodu. Właściwa nauka chodu. Doskonalenie chodu. Diagnostyka, planowanie i prowadzenie usprawniania.	5
P25	Metodyka prowadzenia ćwiczeń równoważnych, koordynacyjnych i czynno-biernych.	4
P26	Metodyka prowadzenia ćwiczeń oddechowych, rozluźniających. Pozycje drenażowe.	4
P27	Kompleksowa terapia udrażniająca. Wykorzystanie i metodyka prowadzenia ćwiczeń. Metodyka prowadzenia ćwiczeń p-zakrzepowych.	4
P28	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - badanie podmiotowe, przedmiotowe, dodatkowe. Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - wywiad.	4
P29	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - sposoby oceny zakresu ruchu w stawach. Sposoby zapisu uzyskanych wyników; normy fizjologiczne. Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - sposoby oceny siły mięśniowej. Sposoby zapisu uzyskanych wyników.	8
P30	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - ocena funkcjonalna. Dokumentacja uzyskanych wyników.	4
P31	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - kwestionariusze stosowane w fizjoterapii. Kodowanie uzyskanych wyników. Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - testy funkcyjne.	4
P32	Ćwiczenia i metody terapeutyczne stosowane w rehabilitacji. Tworzenie programu usprawniania. Kontrola wyników. Właściwy dobór środków terapeutycznych.	4
P33	Bezruch i jego wpływ na organizm człowieka. Ćwiczenia ogólnousprawniające. Gimnastyka poranna.	4
P34	Właściwości i wykorzystanie środowiska wodnego w rehabilitacji.	4
P35	Podsumowanie wiadomości	4
	RAZEM	<b>150</b>

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Dyskusja

M2 Praca w grupach

M3 Studium przypadku

M4 Wykłady

M5 Sesje rozwiązywania problemu

M6 Prezentacje multimedialne



M7 Konsultacje

M8 Prezentacja ćwiczeń ruchowych

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	165
Konsultacje przedmiotowe	3
Egzaminy i zaliczenia w sesji	1
<b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	35
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	21
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>	<b>225</b>
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	9

## 9 SPOSOBY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

F1 Kolokwium

F2 Projekt zespołowy

F3 Aktywność na zajęciach

F4 Projekt indywidualny

F5 Zaliczenie praktyczne

### KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student przeciętnie opanował znajomość podstawowych założeń, mechanizmów działania, zasad doboru oraz możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych.	wykład, ćwiczenia kliniczne/ praktyki	Kolokwium, ćwiczenia praktyczne, projekt indywidualny.
NA OCENĘ 4	Student zna większość założeń, mechanizmów działania, zasad doboru oraz możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych		
NA OCENĘ 5	Student całkowicie opanował materiał programowy. Biegle przedstawia i interpretuje wszystkie założenia, mechanizmy działania, zasady doboru oraz możliwe skutki uboczne ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych.		



EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student potrafi niedokładnie przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować niektóre wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.	ćwiczenia kliniczne/ praktyki	Kolokwium, ćwiczenia praktyczne.
NA OCENĘ 4	Student potrafi przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.		
NA OCENĘ 5	Student szybko i precyzyjnie przeprowadza podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, dokumentuje wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie precyzyjnie planuje i modyfikuje program postępowania terapeutycznego.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student potrafi niedokładnie przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z dostatecznym wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.	ćwiczenia kliniczne/ praktyki	Kolokwium, ćwiczenia praktyczne, projekt zespołowy.
NA OCENĘ 4	Student potrafi przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi szybko i bezbłędnie przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z właściwym wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Student potrafi komunikować się z pacjentami.	ćwiczenia kliniczne/ praktyki	Obserwacja na zajęciach praktycznych.
NA OCENĘ 4	Student potrafi komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi efektywnie i precyzyjnie komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.		

**OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)**

Ocenę końcową stanowi średnia ocen częściowych z ćwiczeń (60%) oraz egzaminu (40%).

**WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU**

- a Warunkiem dopuszczenia do egzaminu jest zaliczenie ćwiczeń. Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest uzyskanie oceny pozytywnej ze wszystkich częściowych kolokwii oraz ocen z zaliczenia praktycznego.
- b Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach.

**10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU**

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	K_W10, K_W11, K_U17, K_K04, K_U01, K_U09, K_U19, K_W12	Cel1, Cel2, Cel3	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7, W8, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P14, P15, P16, P17, P18, P19, P20, P21, P22, P23, P24, P25, P26, P27, P28, P29, P30, P31, P32, P33, P34, P35	M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8
EK2	K_U02, K_U20, K_U22, K_W10, K_U10, K_W11, K_U17, K_K04, K_U01, K_U19, K_W12, K_U13, K_U06, K_U18	Cel1, Cel3	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7, W8, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P14, P15, P16, P17, P18, P19, P20, P21, P22, P23, P24, P25, P26, P27, P28, P29, P30, P31, P32, P33, P34, P35	M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8
EK3	K_U09, K_W12, K_U06	Cel2	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7, W8, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P14, P15, P16, P17, P18, P19, P20, P21, P22, P23, P24, P25, P26, P27, P28, P29, P30, P31, P32, P33, P34, P35	M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8





EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK4	K_U02, K_K07, K_U10, K_K04, K_U01, K_K06	Cel1, Cel2, Cel3	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7, W8, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P14, P15, P16, P17, P18, P19, P20, P21, P22, P23, P24, P25, P26, P27, P28, P29, P30, P31, P32, P33, P34, P35	M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Richardson C., P.Houdges, J.Hides — *Kinezyterapia w stabilizacji kompleksu lędźwiowo-miedniczego*, Wrocław, 2009, ELSEVIER-Urban&Partner
- [2] Józefowski P. — *Diagnostyka czynnościowa narządu ruchu z elementami pionizacji i reedukacji chodu*, Wrocław, 2013, MedPharm
- [3] Fiodorenko-Dumas Ź. — *Zeszyt ćwiczeń z kinezyterapii dla studentów fizjoterapii*, Wrocław, 2013, MedPharm
- [4] Dumas I. — *Metodyka i technika ćwiczeń leczniczych w kinezyterapii*, Wrocław, 2013, MedPharm
- [5] Kenyon K., J.Kenyon — *Kompedium fizjoterapii*, Wrocław, 2007, ELSEVIER-Urban&Partner
- [6] Preis R., G.Ebelt-Paprotny — *Fizjoterapia*, Wrocław, 2012, ELSEVIER-Urban&Partner

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Petty N.J. — *Badanie i ocena narządu ruchu*, Wrocław, 2010, Elsevier Urban & Partner
- [2] Ronikier A. — *Diagnostyka funkcjonalna w fizjoterapii*, Warszawa, 2012, PZWL
- [3] Kwolek A. — *Rehabilitacja medyczna*, Wrocław, 2011, ELSEVIER-Urban&Partner

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Katarzyna Zwolińska-Mirek (kontakt: k.z.mirek@interia.pl)

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Katarzyna Zwolińska-Mirek (kontakt: k.z.mirek@interia.pl)

mgr Janusz Mirek (kontakt: januszmirek@interia.pl)





## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik zakładu)

(dyrektor instytutu)

PWSZ w Nowym Sączu

**PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI** (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....

.....