

POZNAŃSKA AKADEMIA MEDYCZNA NAUK STOSOWANYCH
IM. KSIECIA MIESZKA I W POZNANIU

WYDZIAŁ LEKARSKI
KIERUNEK LEKARSKI
JEDNOLITE STUDIA MAGISTERSKIE
PROFIL OGÓLNOAKADEMICKI

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

Informacje ogólne

Nazwa zajęć:		AKTYWNOŚĆ RUCHOWA PROMOCJĄ ZDROWIA							
1. Kod zajęć: L_II-3_83A		2. Liczba punktów ECTS: 3							
3. Kierunek:	Lekarski	6. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	e-learning	ćwiczenia	konwersatoria	Praktyczne nauczanie kliniczne	Praktyki zawodowe
4. Rok studiów	II	7. Zajęcia stacjonarne:	30				30		
5. Semestr:	III	8. Poziom studiów:	JEDNOLITE MAGISTERSKIEJ						
Koordynator przedmiotu i osoby prowadzące zajęcia:									
dr Artur Salamon									
9. Forma zaliczenia:	Zaliczenie z oceną	10. Język wykładowy:	polski						

Informacje szczegółowe

1. Cele kształcenia 5 – 10 (intencje wykładowcy):

C1.	Poznanie miejsca aktywności fizycznej w promocji zdrowia.
C2.	Nauczenie promowania zdrowia poprzez aktywność fizyczną.

2. Wymagania wstępne:

Brak.

3. Efekty uczenia się wybrane dla zajęć:

<i>W zakresie wiedzy</i>				
Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się (Po zakończeniu zajęć dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się słuchacz:)	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
D.W2.	L_82A-II_D.W2.	Zna i rozumie społeczne czynniki wpływające na zachowania w zdrowiu i w chorobie;	Zaliczenie w formie pisemnej, obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2
D.W14.	L_82A-II_D.W14.	Zna i rozumie zasady promocji zdrowia, jej zadania i główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia;		C1, C2
D.W15.	L_82A-II_D.W15.	Zna i rozumie zasady motywowania pacjenta do prozdrowotnych zachowań;		C1, C2
<i>W zakresie umiejętności</i>				
Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
D.U2.	L_82A-II_D.U2.	Potrafi dostrzegać oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych oraz właściwie na nie reagować;	Obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2
D.U9.	L_82A-II_D.U9.	Potrafi udzielać porad w kwestii prozdrowotnego trybu życia;		C1, C2
D.U16.	L_82A-II_D.U16.	Potrafi wykazywać odpowiedzialność za podnoszenie swoich kwalifikacji i przekazanie wiedzy innym;		C1, C2
<i>W zakresie kompetencji społecznych</i>				

Symbol efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla zajęć założonego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K.4.	L_82A-II_K.4.	Posiada świadomość własnych ograniczeń i umiejętność stałego dokształcania się.	Obserwacja, dyskusja, praca studenta na zajęciach	C1, C2

4. Treści programowe:

Symbol treści programowych	Treści programowe	Odniesienie do efektów uczenia się
ĆWICZENIA		
T1	Różne koncepcje podejścia do aktywności fizycznej.	D.W2., D.W14., D.W15., D.U2., D.U9., D.U16., K.4.
T2	Modele sprawności fizycznej.	
T3	Sprawność fizyczna w ujęciu H-RF (sprawność fizyczna związana ze zdrowiem).	
T4	Związki między aktywnością fizyczną, sprawnością fizyczną, a zdrowiem.	
T5	Znaczenie ruchu i aktywności fizycznej w wybranych schorzeniach.	
T6	Rola aktywności fizycznej w aspekcie dobrostanu psychicznego oraz pojęcie „optymalnej dawki aktywności fizycznej”.	
T7	Choroby cywilizacyjne a brak ruchu, siedzący tryb życia, nieprawidłowe odżywianie, nieodpowiednia higiena snu, stres.	
T8	Omówienie Narodowego Programu Zdrowia ze szczególnym uwzględnieniem tematyki promocji aktywności fizycznej.	
T9	Rola lekarza w promowaniu zdrowego stylu życia.	
T10	Motywowanie pacjentów do podejmowania aktywności fizycznej w ramach profilaktyki zdrowia.	

5. ĆWarunki zaliczenia:

(typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:

D – DIAGNOSTYCZNY – sprawdziany, odpowiedzi ustne.

F – FORMUŁUJĄCE – obserwacja studenta.

P – PODSUMOWUJĄCE – test końcowy.

Zaliczenie: test zawierający 20 pytań jednokrotnego wyboru zawierających wszystkie elementy realizowanego przedmiotu (P).

Przedmiot kończy się zaliczeniem . By podejść do zaliczenia końcowego z przedmiotu, warunkiem jest pozytywne zaliczenie poszczególnych części przedmiotu oraz obecność 100% na zajęciach.

Progi procentowe: test 93%-100% bardzo dobry -5,0 84%-92% ponad dobry -4,5 76%-83% dobry-4,0 68%-75% dość dobry -3,5 60%-67% dostateczny -3,0 poniżej 60% niedostateczny -2,0	5	Bardzo dobry – znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje
	4,5	Ponad dobry – bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
	4	Dobry – dobra wiedza, umiejętności, kompetencje
	3,5	Dość dobry – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, ale ze znacznymi niedociągnięciami
	3	Dostateczny – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, z licznymi błędami (próg 60%)
	2	Niedostateczny – niezadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje (poniżej 60%)

6. Metody prowadzenia zajęć:

Ćwiczenia z prezentacją, filmami, praca studentów w grupach oraz praca indywidualna.

7. Literatura (podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez słuchaczy a nie wykorzystywane przez wykładowcę)

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Polechoński J., Rozpara M., <i>Aktywność fizyczna w profilaktyce i promocji zdrowia</i> , Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice 2021.	Osiński W., <i>Nadwaga i otyłość</i> , PZWL, Warszawa 2017.
Gromadzka-Ostrowska J., <i>Edukacja prozdrowotna i promocja zdrowia</i> , Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2019.	
W. Osiński „Antropomotoryka” AWF w Poznaniu, 2019	

8. Kalkulacja ECTS – proponowana: (na podstawie poniższego przykładu)

Forma aktywności/obciążenie studenta	Godziny na realizację
Godziny zajęć (wg harmonogramu realizacji programu studiów) z wykładowcą	60
Praca własna studenta	10
Studia literaturowe	20
SUMA GODZIN	90
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA ZAJĘĆ	3

Niniejszy dokument jest własnością PAM NS im. Księcia Mieszka I i nie może być kopiowany, przetwarzany, publikowany, przegrywany, przesyłany pocztą, przekazywany, rozpowszechniany lub dystrybuowany w inny sposób. Dokument podlega ochronie wynikającej z ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych oraz ustawie z dnia z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (t.j. Dz. U. z 2019 r. poz. 1781).

DZIEKAN
Wydziału Lekarskiego

prof. dr hab. n. med. Witold Szyfter