

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.C1.FO	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Fizjoterapia ogólna <i>General physiotherapy</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Fizjoterapia
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Jednolite magisterskie
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Prof. UJK dr hab. n. o kł. Jacek Wilczyński
1.6. Kontakt	jacek.wilczynski@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	Znajomość ogólnych podstaw anatomicznych i neurofizjologicznych fizjoterapii

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne(CP)	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną, egzamin	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład; Ćwiczenia(CP): dyskusja wielokrotna (grupowa) (DG), uczenie aktywizujące – analiza przypadków (AP), metoda symulacyjna (MSM), metoda projektów (MP), objaśnienie (OB).	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Małyja, M. Domagalska Szopa M.. Podstawy usprawniania neurorozwojowego wg Berty i Karela Bobathów AWF, Katowice 2011. 2. Marciniak W, Szulc A. Wiktora Degi Ortopedia i Rehabilitacja. PZWL, Warszawa 2008. 3. Nawrat-Sołtysik A, Pasek J. Fizjoterapeutyczne KNOW-HOW. Elamed, 2017. 4. Nowotny J, Nowotny-Czupryna O, Czupryna K, Kinezyjologiczno - funkcjonalne aspekty rehabilitacji. Podręcznik dla studentów fizjoterapii i fizjoterapeutów. a-medica press, Bielsko Biala 2015. 5. Preis R., Ebelt-Paprotny G. Fizjoterapia Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2012.
	uzupełniająca	1. Kwolek A. (red.) Rehabilitacja medyczna. Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2013. 2. Nowotny J, Reedukacja posturalna w systemie stacijnym. AWF, Katowice 2008. 3. Souchart P. Fizjoterapeutyczna metoda globalnych wzorców posturalnych. Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2014.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Wykłady: C1. Przekazanie podstaw do racjonalnego stosowania środków fizjoterapii oraz jednolitego nazewnictwa stosowanego w fizjoterapii. C2. Przekazanie odpowiedniej wiedzy mającej ułatwić fizjoterapeucie właściwe podejście do każdego pacjenta w każdej sytuacji. Ćwiczenia(CP): C3. Kształtowanie umiejętności będących podstawą do studiowania przedmiotów kierunkowych oraz do racjonalnego stosowania środków fizjoterapii. C4. Kształtowanie postawy gotowości do aktualizowania wiedzy dotyczącej ogólnych podstawowych pojęć z zakresu fizjoterapii.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

1. Podstawowe pojęcia fizjoterapii. Fizjoterapia jako dział rehabilitacji medycznej. Polski model rehabilitacji medycznej wzorcowy na świecie. Pojęcie osoby niepełnosprawnej. Związek fizjoterapii z naukami medycznymi. Związek fizjoterapii z kulturą fizyczną.
2. Anatomiczne i fizjologiczne podstawy fizjoterapii. Skóra i jej funkcja. Podporowa funkcja szkieletu. Ruchowa funkcja szkieletu. Czynność mięśni. Nerwowe mechanizmy czynności ruchowych. Sterowanie ruchami człowieka. Podstawy neuroanatomii funkcjonalnej. Funkcjonowanie układu nerwowego. Neuroplastyczność i neurogeneza OUN.
3. Regulacja napięcia mięśniowego. Rozwój psychomotoryczny, edukacja ruchowa. Integracja sensomotoryczna. Napięcie mięśniowe w ujęciu rozwojowym. Czynność narządów wewnętrznych. Układ oddechowy. Układ krążenia. Sprawność i wydolność fizyczna. Sprawność fizyczna. Chód człowieka. Czynność chwytnej ręki. Wydolność fizyczna. Homeostaza. Wpływ czynników fizykalnych na ustrój człowieka. (objaśnienie, dyskusja grupowa).
4. Systematyka fizjoterapii. Zasadnicze kryteria podziałowe i podział ćwiczeń leczniczych. Zasadnicze kryteria podziałowe i podział zabiegów fizykalnych. Metodyczne podstawy fizjoterapii. Cele i zadania fizjoterapii. Ogniwa rehabilitacji. Cele rehabilitacji. Ogólne zasady fizjoterapii. Formy fizjoterapii. Środki fizjoterapii. Materialno-techniczna baza fizjoterapii.
5. Zabiegi fizjoterapeutyczne jako środki fizjoterapii. Metodyczne środki kinezyterapii. Metody fizjoterapii. Zespół rehabilitacyjny. Programowanie rehabilitacji. Zabiegi fizykalne. Promieniowanie ultrafioletowe. Lecznictwo światłem. Laseroterapia. Leczenie przy użyciu światła spolaryzowanego i koloroterapia. Promieniowanie podczerwone i ciepłolecznictwo. Leczenie zimnem. Krioterapia lokalna. Krioterapia ogólna. Prąd galwaniczny. Galwanizacje. Kąpiele elektryczno-wodne. Jonoforezy. Prądy impulsowe. Elektrodiagnostyka. Elektrostymulacje mięśni.
6. Badania i testy dla potrzeb metod fizjoterapii, interpretacja pojęć dotyczących niepełnosprawności i fizjoterapii. Plastyczność OUN, mechanizmy i uwarunkowania procesów kompensacji, efekty naprawcze procesu leczenia usprawniającego. Kliniczny obraz zaburzeń sprawności OUN. Wyniki badań postępowania terapeutycznego, ryzyko skutków ubocznych. Kryteria oceny stanu funkcjonalnego osoby usprawnianej. Zasady doboru metod, form i środków, zasady prowadzenia dokumentacji.

Ćwiczenia(CP):

1. Elektroterapia przeciwbólowa. Elektroterapia wysokotonowa. Prądy średniej częstotliwości. Pola elektromagnetyczne wielkiej częstotliwości. Diatermia krótkofalowa. Diatermia mikrofalowa. Impulsowe pola elektromagnetyczne małej częstotliwości. Ultradźwięki. Terapia skojarzona. Jonoforezy. Masaż. Wodolecznictwo. Kąpiele. Natryski. Okłady. Wziewania. Ćwiczenia lecznicze. Leczenie ułożeniowe, ćwiczenia bierne, wyciągi i tzw. ćwiczenia odruchowe. Inne ćwiczenia zwiększające ruchomość stawową. Mobilizacje, manipulacje i trakcje.
2. Elementy niektórych metod ukierunkowane na poprawę zakresu ruchomości stawowej. Stretching. Ćwiczenia odruchowe. Ćwiczenia czynne. Ćwiczenia kształtujące poszczególne cechy sprawności. Ćwiczenia kształtujące postawę ciała. Ćwiczenia rozluźniające. Ćwiczenia w wodzie. Nauka chodzenia. Nauka lokomocji na wózkach inwalidzkich. Ćwiczenia czynności życia codziennego. Ćwiczenia oddechowe. Ćwiczenia bierno-czynne i czynno-bierne. Ćwiczenia bierno-czynne. Ćwiczenia czynno-bierne. Ćwiczenia ogólnie usprawniające. Ćwiczenia kondycyjne. Ćwiczenia poranne.
3. Wybrane zagadnienia reedukacji nerwowo-mięśniowej. Tzw. plastrowanie (Kinesiology Taping). Ćwiczenia odruchowe. Ćwiczenia odruchowe według Miřatskyego. Ćwiczenia odruchowe według Vlacha. Ćwiczenia odruchowe według Vojty. Metoda Hankego (E-Technik). Ćwiczenia odruchowe według Stejskala. Ćwiczenia synergistyczne. Metoda Brunnström. Metoda R. Brunkow. Proprioceptywne torowanie nerwowo-mięśniowe (PNF). Wzorce kompleksowych ruchów według fizjologicznej sekwencji rozwojowej. Metoda hamowania i ułatwiania – metoda Bobach. Sensoryczno integracyjna terapia wg Ayres. Stymulacja sensomotoryczna. Inne metody reedukacji nerwowo-mięśniowej. Metoda T. Fay. Metoda M. S. Rood. Metoda E. Kenny. Ćwiczenia według H.S. Frenkla. Metoda S. Klein-Vogelbach. Reedukacja mięśni twarzy według K. Obrdy. Ustno-twarzowa terapia regulacyjna wg R.C. Moralesa. Biologiczne sprzężenie zwrotne (biofeedback) w reedukacji nerwowo-mięśniowej. Wybrane metody reedukacji nerwowo-mięśniowej. Metody ukierunkowane na przywracanie siły mięśni. Inne metody reedukacji ukierunkowane na łagodzenie pojedynczych objawów. Metoda S-E-T. Metody ukierunkowane na obniżanie spastyczności. Ogólne zasady metody proprioceptywnego torowania nerwowo-mięśniowego (PNF). Niektóre metody reedukacji nerwowo-mięśniowej stosowane w usprawnianiu osób z różnymi schorzeniami.
4. Reedukacja funkcji ręki. Reedukacja chodu. Wybrane metody neurorehabilitacji dzieci. Metoda usprawniania neurorozwojowego wg Bobathów. Postępowanie usprawniające w różnych typach m.p.dz. Ćwiczenia odruchowe wg V. Vojty. Odruchowe pełzanie. Odruchowy obrót (odruchowe przetaczanie). Ćwiczenia w tzw. sztucznych pozycjach. Sensoryczno integracyjna terapia wg A. J. Ayres (SI). Opieka domowa nad dzieckiem z porażeniem mózgowym wg N. R. Finnie. Pozycja supinacyjna. Pozycja pronacyjna. Leżenie bokiem. Pozycja siedząca. Sposoby przemieszczania (noszenia) dziecka. Ubieranie i rozbieranie. Kąpiel. Neuromotoryczna terapia rozwojowa wg R. C. Moralesa. Pedagogika ruchu wg A. Pető i M. Hari. Metoda T. Fay. Alternatywne metody terapii. Metoda G. Domana IC. Delacato. Metoda W. Kozjawkina. Dodatkowe środki wykorzystywane w terapii dzieci z m.p.dz. Kombinezon kosmiczny ADELI. Urządzenie rehabilitacyjne PAJAK i funkcjonalna orteza DUNAG Ol. Hipo-terapia.

<i>Podkolanowe gipsowe opatrunki hamujące. Toksyna botulinowa TbxA. Nadzieje i granice terapii dzieci z m.p.dz. Niektóre aspekty funkcjonalne rehabilitacji dzieci z m.p.dz. Wybrane metody reedukacji posturalnej i tzw. szkoły pleców. Podstawy reedukacji posturalnej. Niektóre metody reedukacji posturalnej. Metoda Klappa. Metoda Lehnert-Schroth. Metoda Klinkmann-Eggers. Inne sposoby korygowania bocznych skrzywień kręgosłupa. Ćwiczenia korekcyjne w systemie stacyjnym wg Nowotnego. Dbalność o postawę ciała w późniejszych okresach życia. Tzw. „szkoły pleców”. Tzw. „Szkoła pleców” z Karlsruhe. Metoda A. Brüggera. Ergonomiczne stanowisko pracy.</i> 5. Szkoła pleców dla fizjoterapeutów. Wybrane metody terapii manualnej i terapii przeciwbólowej. Wybrane metody terapii manualnej. Metoda J. Cyriaxa. Metoda J. Menela. Metoda Kaltenborna-Eyjentha. Metoda G. Maitlanda. Metoda R. Mc Kenzie'go. Metoda Butlera. Metoda Mulligana. Terapia kraniosakralna wg J. Upledgera. Terapia przeciwbólowa. Fizyczne środki łagodzące ból. Zabiegi działające głównie poprzez czynnik cieplny. Zabiegi z zakresu światłolecznictwa. Elektroterapia przeciwbólowa. Elektroforezy i jonoforezy. Kinezyterapeutyczne sposoby łagodzenia bólu. Metoda DBC. Metoda J. Travell i D. Simons. Metody terapii manualnej stosowane w łagodzeniu bólu. Metody terapii w środowisku wodnym. Podstawowe metody terapii w wodzie. Metoda Hallwick. Bad Ragaz Ring Method (BRRM).

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01	pojęcia z zakresu rehabilitacji medycznej, fizjoterapii oraz niepełnosprawności;	FIZJ_C.W1. FIZJ_OW7 FIZJ_OW10
W02	mechanizmy zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem;	FIZJ_C.W2.
W03	mechanizmy oddziaływania oraz możliwe skutki uboczne środków i zabiegów z zakresu fizjoterapii;	FIZJ_C.W3.
W04	metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, narzędzia diagnostyczne i metody oceny stanu pacjenta dla potrzeb fizjoterapii, metody oceny budowy i funkcji ciała pacjenta oraz jego aktywności w różnych stanach chorobowych;	FIZJ_C.W4.
W05	zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta;	FIZJ_C.W5.
w zakresie UMIĘTNOŚCI potrafi:		
U01	przeprowadzić badanie podmiotowe, badanie przedmiotowe oraz wykonywać podstawowe badania czynnościowe i testy funkcjonalne właściwe dla fizjoterapii, w tym pomiary długości i obwodu kończyn, zakresu ruchomości w stawach oraz siły mięśniowej;	FIZJ_C.U1. FIZJ_OU7 FIZJ_OU8 FIZJ_OU10
U02	wypełniać dokumentację stanu zdrowia pacjenta i programu zabiegów fizjoterapeutycznych;	FIZJ_C.U2.
U03	dobierać i prowadzić kinezyterapię ukierunkowaną na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami, przeprowadzić zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzić reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych;	FIZJ_C.U3
U04	instruować pacjenta w zakresie wykonywania ćwiczeń ruchowych w domu, sposobu posługiwania się wyrobami medycznymi oraz wykorzystywania przedmiotów użytku codziennego w celach terapeutycznych, instruować opiekuna w zakresie sprawowania opieki nad osobą ze specjalnymi potrzebami oraz nad dzieckiem – w celu stymulowania prawidłowego rozwoju;	FIZJ_C.U4.
U05	konstruować trening medyczny, w tym różnorodne ćwiczenia, dostosowywać poszczególne ćwiczenia do potrzeb ćwiczących, dobrać odpowiednie przyrządy i przybory do ćwiczeń ruchowych oraz stopniować trudność wykonywanych ćwiczeń;	FIZJ_C.U5.
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01	wykonywania zawodu, będąc świadomym roli, jaką fizjoterapeuta pełni na rzecz społeczeństwa, w tym społeczności lokalnej;	FIZJ_OK2

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się																					
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin 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	...
W01	x				x			x			x			x							
W02	x				x			x			x			x							
W03	x				x			x			x			x							
W04	x				x			x			x			x							
W05	x				x			x			x			x							
U01					x			x			x			x							
U02					x			x			x			x							
U03					x			x			x			x							
U04					x			x			x			x							
U05					x			x			x			x							
K01					x			x			x			x							

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Uzyskanie od 61% do 68% łącznej liczby pkt. z testu możliwych do uzyskania zaliczenia
	3,5	Uzyskanie od 69% do 76% łącznej liczby pkt. z testu możliwych do uzyskania zaliczenia
	4	Uzyskanie od 77% do 84% łącznej liczby pkt. z testu możliwych do uzyskania zaliczenia
	4,5	Uzyskanie od 85% do 92% łącznej liczby pkt. z testu możliwych do uzyskania zaliczenia
	5	Uzyskanie od 93% do 100% łącznej liczby pkt. z testu możliwych do uzyskania zaliczenia
ćwiczenia (CP)*	3	Uzyskanie od 61% do 68% łącznej liczby pkt. z kolokwium możliwych do uzyskania zaliczenia oraz pracy własnej, przygotowanie projektu i aktywność na zajęciach
	3,5	Uzyskanie od 69% do 76% łącznej liczby pkt. z kolokwium możliwych do uzyskania zaliczenia oraz pracy własnej, przygotowanie projektu
	4	Uzyskanie od 77% do 84% łącznej liczby pkt. z kolokwium możliwych do uzyskania zaliczenia oraz pracy własnej, przygotowanie projektu
	4,5	Uzyskanie od 85% do 92% łącznej liczby pkt. z kolokwium możliwych do uzyskania zaliczenia oraz pracy własnej, przygotowanie projektu
	5	Uzyskanie od 93% do 100% łącznej liczby pkt. z kolokwium możliwych do uzyskania zaliczenia oraz pracy własnej, przygotowanie projektu

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	80	80
Udział w wykładach	40	40
Udział w ćwiczeniach(CP)	40	40
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	20	20
Przygotowanie do wykładu	2	2
Przygotowanie do ćwiczeń(CP)	5	5
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium	5	5
Zebrań materiałów do projektu	3	3
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

*niepotrzebne usunąć

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

.....