

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2024/2025

Kod przedmiotu	0114.7.WF2.B/C7.PMiTwWFIS	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Podstawy medycyny i traumatologii w wychowaniu fizycznym i sporcie <i>The basics of medicine and Traumatology in physical education and sport</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne / niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	drugiego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. med. Marek Grabski
1.6. Kontakt	marek.grabski@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	Anatomia, fizjologia. Znajomość fizjologii układu ruchu, znajomość fizjologii wysiłku fizycznego wydolności fizycznej, zmian czynnościowych w organizmie podczas wysiłku fizycznego

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia w pomieszczeniach UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne	Wykłady – informacyjny, konwersatoryjny; wykorzystanie techniczne środków dydaktycznych, dyskusja wielokrotna (grupowa) (DG), uczenie aktywizujące – analiza przypadków(AP), metoda badawcza (MB),
3.5. Wykaz literatury	podstawowa 1. Marciniak W. Szulc A. Wiktora Degi ortopedia i rehabilitacja. tom I. Tom II PZWL. Warszawa. 2003, 2004. 2. Dziak A. Tayara S. Urazy i uszkodzenia w sporcie. Wyd. KASPER. Kraków. 2000. 3. Buckup K. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. PZWL. Warszawa 2007.
	uzupełniająca 1. Zatoń M. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej PWN Warszawa 2010. 2. Konturek S. Brzozowski T. Fizjologia człowieka t.I-fizjologia ogólna, krew, mięśni. Wydawnictwo UJ Kraków 2003. 3. Górski J. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. PZWL Warszawa 2006. 4. Donatelli R. Rehabilitacja w sporcie. Elsevier Wrocław 2011.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Wyposażenie studenta w zasób wiedzy z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego. C2. Wyposażenie studenta w podstawową wiedzę z zakresu specyfiki uszkodzeń narządu ruchu. C3. Przygotowanie studenta do badania przedmiotowego w zakresie układu ruchu. C4. WYROBIENIE u studenta umiejętności postępowania w urazach narządu ruchu. C5. Zapoznanie studenta z zasadami leczenia i rehabilitacji w uszkodzeniach sportowych.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Patofizjologia układu kostno-mięśniowo- stawowego. 2. Wpływ wysiłku na organizm człowieka- fizjologia zmęczenia, wydolności, regeneracja po wysiłku. 3. Specyfika uszkodzeń narządu ruchu z uwzględnieniem urazów sportowych. 4. Zmęczenie oraz uszkodzenia mięśni i pojęcie przetrenowania. 5. Patofizjologia urazów przeciążeniowych. 6. Wybrane urazy narządu ruchu. 7. Podstawy badania podmiotowego i przedmiotowego narządu. 8. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- obręcz barkowa. 9. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- pas biodrowy. 10. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- stawy kolanowe. 11. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów, mięśni- stawy stopy i śródstopia. 12. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Potrafi wyjaśnić mechanizm zaburzeń strukturalnych wywołanych bezpośrednim urazem lub przeciążeniem.	WF2P_W01
W02	Zna reakcje fizjologiczne organizmu podczas wysiłku, zjawisko zmęczenia i procesy regeneracji powysiłkowej.	WF2P_W03
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi wykonać podstawowe testy diagnostyczne dotyczące funkcjonowania poszczególnych obszarów układu ruchu.	WF2P_U01
U02	Wykonuje testy wydolności na potrzeby oceny sprawności podstawowych komponentów sprawności fizycznej.	WF2P_U02
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Potrafi określić priorytety przystępując do realizacji zadania związanego z wykonywanym zawodem. Dbą o swój rozwój zawodowy.	WF2P_K01

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

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	...
W01				x						x											
W02				x						x											
U01				x						x											
U02				x						x											
K01										x											

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Wynik kolokwium - 61% - 68% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 50% zajęć.
	3,5	Wynik kolokwium - 69% - 76% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 60% zajęć.
	4	Wynik kolokwium - 77% - 84% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 70% zajęć.
	4,5	Wynik kolokwium - 85% - 92% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 80% zajęć.
	5	Wynik kolokwium - 93% - 100% punktów. Student uczestniczył aktywnie w ponad 90% zajęć.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	15
Udział w wykładach*	25	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	35
Przygotowanie do wykładu*	5	5
Przygotowanie do kolokwium*	20	30
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

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

.....