

KARTA PRZEDMIOTU – II ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.FII.TiPPK	
Nazwa przedmiotu w języku	Polskim	<i>Teoria i praktyka postępowania korekcyjnego</i> <i>Theory and Practice of correction</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	studia I stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. o zdr. Paulina Szumilas
1.6. Kontakt	paulina.szumilas@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	znajomość uproszczonych oględzin ortopedycznych i badania klinicznego oraz podstawowych metod i form stosowanych w reedukacji posturalnej

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	wykład, instruktaż, pokaz z objaśnieniem, dyskusja	
3.5. Wykaz literatury	Podstawowa	1. Zembaty A. Kinezyterapia tom I i II. Kasper, Kraków 2017. 2. Johnson J. Korekcja postawy ciała. Wybrane techniki manualne, <u>Edra Urban & Partner</u> Wrocław 2018. 3. Beckers D, Buck M. PNF w praktyce, wyd. 5. <u>Db Publishing</u> , Warszawa 2023.
	Uzupełniająca	1. Maciąg-Tymiecka I. Rehabilitacja w chorobach dzieci i młodzieży. <u>PZWL</u> , Warszawa 2022 2. Fugiel J, Czajka K, Posłuszny P, Sławińska T. Motoryczność człowieka. Podstawowe zagadnienia z antropomotoryki. <u>MedPharm</u> , Wrocław 2017. 3. Kruczyński J. Wiktora Degi ortopedia i rehabilitacja wyd. III. <u>PZWL</u> , Warszawa 2023.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Zapoznanie studentów z przyczynami, klasyfikacją i skutkami najczęstszych wad postawy oraz podstawami teoretycznymi postępowania korekcyjnego. C2. Przedstawienie zasad kwalifikowania dzieci i młodzieży do zajęć korekcyjnych oraz organizacji gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej w praktyce edukacyjnej. C3. Omówienie nowoczesnych metod wykorzystywanych w reedukacji posturalnej, takich jak poizometryczna relaksacja, PNF i biofeedback. Ćwiczenia: C1. Wyrobień u studenta umiejętności samodzielnego realizowania poszczególnych etapów reedukacji posturalnej. C2. Wyuczenie technik i metod postępowania profilaktycznego i korekcyjnego indywidualnego oraz zespołowego. C3. Wyuczenie programowania postępowania profilaktycznego/korekcyjnego.	4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Etapy reedukacji posturalnej, zasady reedukacji posturalnej, metoda poizometrycznej relaksacji w reedukacji posturalnej. 2. Wybrane przykłady zastosowania biofeedbacku w reedukacji posturalnej. 3. Wybrane przykłady zastosowania PNF w reedukacji posturalnej. 4. Postępowanie w leczeniu zachowawczym postaw skoliozycznych i bocznych skrzywień kręgosłupa. 5. Charakterystyka wad postawy. Cele ogólne postępowania korekcyjnego. 6. Konspekt jako plan szczegółowych zajęć z uwzględnieniem ćwiczeń korekcyjnych.
--	---

Ćwiczenia:

1. Praktyczne elementy wybranych metod w leczeniu zachowawczym skolioz.
2. Reedukacja wad postawy w płaszczyźnie strzałkowej i wad ustawienia głowy: plecy okrągłe, plecy wklęsłe, plecy okrągło-wklęsłe, plecy płaskie, kręć szyi, reedukacja klatki piersiowej, reedukacja wad kończyn dolnych: kolana koślawe, szpotawe, stopa płaska statyczna, reedukacja wad chodu.
1. Przykładowe konspekty z uwzględnieniem ćwiczeń korekcyjnych w poniżej podanych wadach postawy :
2. - plecy wklęsłe,
3. - plecy okrągłe,
4. - plecy wklęsło - okrągłe
5. - plecy płaskie,
6. - skolioza,
7. - płaskostopie,
8. - klatka piersiowa kurza,
9. - klatka piersiowa lejkowata,
10. - kolana szpotawe,
11. - kolana koślawe
12. Prowadzenie zajęć przez studentów z uwzględnieniem poszczególnych wad postawy: (plecy okrągłe, plecy wklęsłe, plecy płaskie, plecy wklęsło-okrągłe, klatka piersiowa kurza, klatka piersiowa lejkowata, skoliozy, płaskostopie, kolana szpotawe, kolana koślawe.)

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Posiada podstawową wiedzę w zakresie wad postawy i reedukacji posturalnej	WF1P_W07
W02	Zna zasady doboru odpowiednich ćwiczeń i ich zastosowania w wybranych schorzeniach i zaburzeniach oraz posiada wiedzę dotyczącą dawkowania obciążenia w trakcie wykonywania ćwiczeń.	WF1P_W09
W03	Posiada podstawową wiedzę w zakresie miejsca kultury fizycznej w polskim systemie kształcenia.	WF1P_W11
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi dobrać indywidualne programy kształcenia umiejętności ruchowych dla poszczególnych uczniów w oparciu o ich schorzenia współistniejące i indywidualne potrzeby ruchowe.	WF1P_U09
U02	Posiada specjalistyczne właściwości w zakresie programowania poszczególnych etapów działań w zakresie reedukacji posturalnej i w zakresie wad postawy.	WF1P_U15
U03	Potrafi prawidłowo zademonstrować, nauczyć i kontrolować wykonywane ćwiczenia w zakresie sportów indywidualnych, zespołowych i dotyczących gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej.	WF1P_U16
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Z szacunkiem i z empatią odnosi się do osób, z którymi współpracuje i swoich podopiecznych.	WF1P_K02
K02	Potrafi realnie ocenić swoje umiejętności zawodowe, nie podejmuje działań przekraczających jego kompetencje i możliwości i kieruje się zasadami etycznymi	WF1P_K05
K03	Swoją postawą pokazuje jak ważna jest aktywność fizyczna w codziennym życiu.	WF1P_K07

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt - prezentacja			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne Konspekt		
	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	
U01											x									x	
U02											x									x	
U03											x									x	
K01											x									x	
K02											x									x	
K03											x									x	

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Student opanował podstawową wiedzę w zakresie wad postawy oraz reedukacji posturalnej, rozpoznaje podstawowe pojęcia, ale ma trudności z ich praktycznym zastosowaniem. Uzyskał 61–68% poprawnych odpowiedzi w kolokwium.
	3,5	Student rozumie podstawowe zagadnienia dotyczące postępowania korekcyjnego, potrafi wskazać zasady organizacji zajęć korekcyjnych. Uzyskał 69–76% punktów.
	4	Student zna i rozumie proces reedukacji posturalnej, potrafi przyporządkować odpowiednie metody do wybranych wad postawy. Uzyskał 77–84% punktów.
	4,5	Student wykazuje się pogłębioną wiedzą w zakresie nowoczesnych metod wspomagających korekcję wad postawy oraz zasad ich zastosowania. Osiągnął 85–92% punktów w kolokwium.
	5	Student wykazuje pełne zrozumienie treści wykładów, samodzielnie analizuje i porównuje metody korekcji wad postawy oraz potrafi zastosować teorię w kontekście praktycznym. Uzyskał 93–100% punktów.
ćwiczenia (C)*	3	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w podstawowym zakresie - zaliczył konspekt 61-68%
	3,5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w podstawowym zakresie - zaliczył konspekt 69-76,
	4	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie - zaliczył konspekt 77-84% , a także wykazał się aktywnością na zajęciach.
	4,5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie - zaliczył konspekt 85-92% , a także wykazał się aktywnością na większości zajęć, często podejmował dyskusję i prezentował nowatorskie rozwiązania związane z problematyką reedukacji posturalnej.
	5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie - zaliczył konspekt 93-100%, a także wykazał się aktywnością na każdych zajęciach, często podejmował dyskusję i prezentował nowatorskie rozwiązania związane z problematyką reedukacji posturalnej, inicjował dyskusję.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	40	25
Udział w wykładach	15	10
Udział w ćwiczeniach	25	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	35	50
Przygotowanie do wykładu	5	5
Przygotowanie do ćwiczeń	10	15
Przygotowanie do kolokwium	10	15
Opracowanie prezentacji multimedialnej	10	15
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3	3

*niepotrzebne usunąć

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

.....