

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

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 grupowa, uczenie aktywizujące – analiza przypadków, metoda badawcza.
3.5. Wykaz literatury	Podstawowa - Jaworek J. Podstawy fizjologii medycznej. Wydawca MP. Cholerzyn 2021. - Górski J. Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. Wydawca PZWL. Warszawa 2019. - Kruczyński J. Wiktora Degi ortopedia i rehabilitacja wyd. 3. Wydawca PZWL. Warszawa 2023. - Koszela K. Zespoły bólowe kręgosłupa wyzwaniem XXI wieku. Wydawca Medical Tribune. Warszawa 2023.
	Uzupełniająca - Finsterbush A, Buckup K. Clinical tests for musculoskeletal assessment. Thieme. Stuttgart 2018. - Zatoń M. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej. PWN. Warszawa 2010. - Buckup K. Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni. PZWL. Warszawa 2007. - Donatelli R. Rehabilitation of sports injuries. 2nd ed. Elsevier. Philadelphia 2019.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Poznanie mechanizmów patofizjologicznych układu kostno-mięśniowo-stawowego oraz reakcji organizmu na wysiłek. C2. Opanowanie podstaw diagnostyki: badania podmiotowego i przedmiotowego narządu ruchu oraz wybranych testów klinicznych i fizjologicznych. C3. Kształtowanie gotowości do właściwego postępowania w urazach narządu ruchu oraz do aktualizowania wiedzy w zakresie medycyny sportowej.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: - Patofizjologia układu kostno-mięśniowo- stawowego. - Wpływ wysiłku na organizm człowieka- fizjologia zmęczenia, wydolności, regeneracja po wysiłku. - Specyfika uszkodzeń narządu ruchu z uwzględnieniem urazów sportowych. - Wybrane schorzenia stawu barkowego - Wybrane schorzenia stawu biodrowego - Wybrane schorzenia stawu kolanowego - Bole grzbietu - Podstawy badania podmiotowego i przedmiotowego narządu.-testy kliniczne - 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)

.....