

	<b>ZAŁĄCZNIK</b>	Wydanie II 11 lutego 2016 r.	Symbol Z-5.4-1-2
	<b>Karta przedmiotu rok akademicki 2017/2018</b>		

**Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu**

**KARTA PRZEDMIOTU**

<b>1. Nazwa przedmiotu:</b>	Diagnostyka funkcjonalna				
<b>2. Kod przedmiotu:</b>	16,1				
<b>3. Okres ważności karty:</b>	Ważna od roku akademickiego 2015-2018				
<b>4. Forma kształcenia:</b>	Studia pierwszego stopnia I				
<b>5. Forma studiów:</b>	stacjonarne				
<b>6. Kierunek studiów:</b>	Wychowanie fizyczne				
<b>7. Profil studiów:</b>	Praktyczny P				
<b>8. Specjalność:</b>	Trener Personalny				
<b>9. Semestr:</b>	piąty				
<b>10. Jedn. prowadz. przedmiot:</b>	Instytut Kultury Fizycznej i Zdrowia				
<b>11. Prowadzący przedmiot:</b>	dr Andrzej Samołyk				
<b>12. Grupa przedmiotów:</b>	Przedmiot z zakresu zajęć do wyboru z zakresu specjalności				
<b>13. Status przedmiotu:</b>	obligatoryjny				
<b>14. Język prowadzenia zajęć:</b>	polski				
<b>15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:</b>	<b>Anatomia. Podstawowe zagadnienia z zakresu biomechaniki i patobiomechaniki narządu ruchu</b>				
<b>16. Cel przedmiotu:</b>	<p>Celem przedmiotu jest zaznajomienie studentów z zasadami i metodyką prowadzenia nowoczesnej diagnostyki opartej na funkcjonalnej analizie narządu ruchu dla celów treningu motorycznego i usprawniania ruchowego w populacji sportowców. Przedstawienie teoretycznych i praktycznych podstaw treningu funkcjonalnego z punktu widzenia trenera personalnego i instruktora kinezygerontoterapeuty. Wiedza oraz kompetencje metodyczne z zakresu diagnozowania zdrowia, przygotowania i planowania indywidualnych programów treningu zdrowotnego i funkcjonalnego. Kompetentne kierowanie wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych.</p>				
<b>17. Efekty kształcenia:</b>					
<b>Ozn.</b>	<b>Opis efektu kształcenia</b>	<b>Metoda realizacji efektu kształcenia</b>	<b>Metoda sprawdzenia efektu kształcenia</b>	<b>Forma prowadzenia zajęć</b>	<b>Odniesienie do efektów dla specjalności/ kierunku studiów</b>
W	Zna zasady i metodykę prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego. Posiada wiedzę oraz kompetencje metodyczne z zakresu diagnozowania zdrowia, przygotowania i planowania indywidualnych programów treningu zdrowotnego i funkcjonalnego.	Metody podające: wykład informacyjny; objaśnienia; Metoda eksponująca: film, pokaz multimedialny; Metoda ćwiczebna w toku podającym i poszukującym (dyskusja, praca	Pisemne kolokwium oraz testy praktycznie sprawdzające umiejętność dokonywania diagnostyki funkcjonalnej.	W/ Ćw	K_W01 (++) K_W04 (+) K_W11 (+) K_W12 (+++)

		ze sprzętem specjalistycznym do diagnostyki, foliami, książką, atlasem)			
U	Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania różnych metod usprawniania ruchowego.	wykład problemowy; pokaz, demonstracja; metody praktyczne: ćwiczenia przedmiotowe (praca ze sprzętem specjalistycznym do diagnostyki, foliami, książką, atlasem)	pisemne kolokwium, zadania wykonane indywidualnie i grupowo.	W/Ćw	K_U01 (+++) K_U02 (++) K_U03 (+) K_U15 (+)
K	Realizuje zadania związane z utrzymaniem właściwej sprawności ruchowej niezbędnej w pracy instruktora. Potrafi współpracować i współdziałać w grupie a także w środowisku społecznym propagując zachowania prozdrowotne.	dyskusja kierowana; dyskusja o charakterze wolnym, burza mózgów	Podsumowanie, samoocena efektów kształcenia lub obserwacja podejmowanych przez studenta działań podczas ćwiczeń przedmiotowych	W/Ćw	K_K01 (+++) K_K02 (++) K_K04 (+) K_K08 (+)
<b>18. Formy i wymiar zajęć:</b>		Stacjonarne, wykład : 15 godzin, ćwiczenia: 15 godzin.			
<b>19. Treści kształcenia:</b>					
WYKŁADY:					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. OCENA FUNKCJONALNA SPORTOWCA. (2)</li> <li>2. ZASADY I ZNACZENIE TRENINGU STABILNOŚCI I PROPRIOCPCJI JAKO ELEMENTU PROFILAKTYKI URAZÓW W SPORCIE. (2)</li> <li>3. TENSEGRACJA W ORGANIZMIE CZŁOWIEKA. (2)</li> <li>4. ŁAŃCUCHY MIĘŚNIOWE I POWIĘZIOWE. (2)</li> <li>5. FUNCTIONAL MOVEMENT SYSTEM (FMS) JAKO NARZĘDZIE DO OCENY FUNKCJONALNOŚCI. (2)</li> <li>6. METODY OCENY WYDOLNOŚCI UKŁADU MIĘŚNIOWEGO. (2)</li> <li>7. OCENA STABILNOŚCI POSZCZEGÓLNYCH ODCINKÓW NARZĄDU RUCHU- ZASADY JEGO WPROWADZENIA I ŁĄCZENIA Z ELEMENTARNYM TRENINGIEM MOTORYCZNYM SPORTOWCA. (2)</li> <li>8. KOLOKWIMUM (1)</li> </ol>					
ĆWICZENIA:					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. BADANIE FUNKCJONALNE RÓWNOWAGI MIĘŚNIOWEJ. (2)</li> <li>2. TENSEGRACJA W ORGANIZMIE CZŁOWIEKA. (2)</li> <li>3. FUNCTIONAL MOVEMENT SYSTEM (FMS) JAKO NARZĘDZIE DO OCENY FUNKCJONALNOŚCI. (2)</li> <li>4. TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE ZASTOSOWANIE TEM (TECHNIKI ENERGIZACJI MIĘŚNI) (2)</li> <li>5. METODY OCENY WYDOLNOŚCI UKŁADU MIĘŚNIOWEGO. (2)</li> <li>6. OCENA STABILNOŚCI POSZCZEGÓLNYCH ODCINKÓW NARZĄDU RUCHU- ZASADY JEGO WPROWADZENIA I ŁĄCZENIA Z ELEMENTARNYM TRENINGIEM MOTORYCZNYM SPORTOWCA. (2)</li> <li>7. PRAKTYCZNE ZASTOSOWANIE TEM (TECHNIKI ENERGIZACJI MIĘŚNI). (2)</li> <li>8. KOLOKWIMUM. (1)</li> </ol>					
<b>20. Egzamin:</b>		Tak			
<b>21. Literatura podstawowa:</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diagnostyka funkcjonalna w fizjoterapii / red. nauk. Aleksander Ronikier ; [aut. Janusz Domaniecki et al.] ; Komitet Rehabilitacji, Kultury Fizycznej i Integracji Społecznej PAN. - Warszawa : Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2012.</li> <li>2. Deklarowany poziom aktywności fizycznej a wydolność funkcjonalna : alternatywy dla oceny wydatku energetycznego / Chidozie M. Mbada [i in.]// Rehabilitacja Medyczna Vol. 20, nr 4 (2016), s. 4-12</li> <li>3. Diagnostyka w kinezyterapii i masażu / Robert Walaszek, Tadeusz Kasperczyk, Leszek Magiera. - Kraków : Wydawnictwo Biosport, 2007.</li> <li>4. Anderson K., Behm D. G. – Sports Medicine. – Auckland, 2005.</li> <li>5. Boyle M. Functional Training for Sports / Boyle M. – Human Kinetics. Champaign. – 2004.</li> </ol>					

6. Cook G. Athletic Body In balance / Cook G. – Human Kinetics. – Champaign. – 2003/ 7. Hewett T. E. Understanding and preventing noncontact ACL injuries / Hewett T. E., 8. Shultz S. J., Griffin L. Y – AOSSM. Human Kinetics. – Champaign, 2007.			
<b>22. Literatura uzupełniająca:</b>			
1. Maranda P. Ćwiczenia funkcjonalne w piłce nożnej / Maranda P. – Wydział Szkolenia PZPN. – Warszawa, 2009. 2. Norman D. Nowoczesny trening motoryczny w piłce nożnej / Norman D., Forsythe S. – Athletes Performance. – Chorzów, 2009. 3. Kuński H (2002) Trening zdrowotny osób dorosłych. Poradnik lekarza i trenera. Warszawa. 4. Jaskólski E, Kalina RM (2003) Metoda pomiaru obciążenia treningowego. Fizjoterapia; (11)3, 57-61; Klukowski K, Mazurek K 5. Kinezyterapia. T. 1, Zarys podstaw teoretycznych i diagnostyka w kinezyterapii / pod red. Andrzeja Zembatego ; zespół aut. Mirosław Kokosz [et al.]. - Kraków : Wydawnictwo "Kasper", 2002.			
<b>23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:</b>			
<b>Lp.</b>	<b>Forma zajęć</b>	<b>Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta</b>	
1	Wykład	15/15 (przygotowanie się do zajęć, do kolokwium)	
2	Ćwiczenia	15/15 (przygotowanie się do zajęć, do kolokwium)	
3	Konwersatoria praca własna	-	
4	Laboratorium	-	
5	Projekt	-	
6	Seminarium	-	
7	Inne: • Wykonanie prezentacji • Przygotowanie referatu	- -	- -
<b>Suma godzin</b>		<b>30/30</b>	
<b>24. Suma wszystkich godzin:</b>		60	<b>25. Liczba punktów ECTS:</b> 2
<b>26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:</b>		1	<b>27. Liczba punktów ECTS uzyskanych w wyniku samodzielnej pracy studenta:</b> 1
<b>Efekt kształcenia</b>	<b>Ocena</b>	<b>Opis wymagań</b>	
K_W01 (++) K_W04 (+) K_W11 (+) K_W12 (+++)	bdb	Student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, biegle zna fakty z zakresu nauk biomedycznych, definiuje pojęcia z zakresu diagnostyki funkcjonalnej w sposób pełny. Posiada wiedzę oraz kompetencje metodyczne z zakresu diagnozowania zdrowia, przygotowania i planowania indywidualnych programów treningu zdrowotnego i funkcjonalnego. Bardzo dobrze zna terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej, samodzielnie i prawidłowo formułuje wnioski i interpretuje fakty, Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą. Potrafi podjąć działania profilaktyczne. Posiada zdolność koncentracji, rozbudowaną pewność siebie i zaufanie do siebie i własnych możliwości	
	db plus	Student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, zna lepiej niż dobrze omawiane fakty z zakresu nauk biomedycznych, definiuje większość pojęć z zakresu diagnostyki funkcjonalnej w sposób więcej niż zadowalający. Posiada wiedzę oraz kompetencje metodyczne z zakresu diagnozowania zdrowia, przygotowania i planowania indywidualnych programów treningu zdrowotnego i funkcjonalnego. Bardziej niż dobrze zna terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej, z niewielką pomocą prawidłowo formułuje wnioski i interpretuje fakty Potrafi zadowalająco posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą. Potrafi podjąć działania profilaktyczne. Posiada zdolność koncentracji, rozbudowaną pewność siebie i zaufanie do siebie i własnych możliwości	
	db	Student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, zna omawiane fakty z zakresu nauk biomedycz-	

		nych, definiuje większość pojęć z zakresu diagnostyki funkcjonalnej w sposób zadowalający. Dobrze zna terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej, z pomocą prawidłowo formułuje wnioski i interpretuje fakty Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą. Potrafi podjąć działania profilaktyczne. Posiada zdolność koncentracji, rozbudowaną pewność siebie i zaufanie do siebie i własnych możliwości
	dst plus	Student posiada poszerzoną ogólną wiedzę na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, w stopniu bardziej niż poprawnym zna omawiane fakty z zakresu nauk biomedycznych, jest w stanie z minimalną pomocą zdefiniować podstawowe pojęcia z zakresu diagnostyki funkcjonalnej dostatecznie zna terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej, z niewielką pomocą formułuje wnioski i interpretuje fakty Potrafi bardziej niż dostatecznie posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą. Potrafi podjąć działania profilaktyczne. Posiada więcej niż dostateczną zdolność koncentracji i zaufanie do siebie i własnych możliwości
	dst	Student posiada ogólną wiedzę na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, w stopniu poprawnym zna omawiane fakty z zakresu nauk biomedycznych, jest w stanie z pomocą zdefiniować podstawowe pojęcia z zakresu diagnostyki funkcjonalnej, dostatecznie zna terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej, z pomocą formułuje wnioski i interpretuje fakty Potrafi dostatecznie posługiwać się podstawowym sprzętem i aparaturą. Potrafi podjąć działania profilaktyczne. Posiada dostateczną zdolność koncentracji i zaufanie do siebie i własnych możliwości
	ndst	Student <b>nie ma</b> podstawowej wiedzy na temat zasad i metodyki prowadzenia nowoczesnego treningu motorycznego dla potrzeb usprawniania ruchowego, pomocy <b>nie zna</b> terminologii używanej w naukach o kulturze fizycznej, nie potrafi podjąć działań profilaktycznych
K_U01 (+++) K_U02 (++) K_U03 (+) K_U15 (+)	bdb	Student <b>potrafi wszechstronnie</b> wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania różnych metod usprawniania ruchowego. Dokonuje kompleksowej analizy zjawisk z zakresu diagnozowania na podstawie samodzielnych dobranych przykładów, logicznie i jasno konstruuje swe wypowiedzi
	db plus	Student <b>potrafi wszechstronnie (z niewielkimi błędami)</b> wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki (z niewielkimi błędami). Potrafi kierować (z niewielkimi błędami) wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania (z niewielką pomocą) różnych metod usprawniania ruchowego. Dokonuje kompleksowej analizy (z niewielką pomocą) zjawisk z zakresu diagnozowania na podstawie samodzielnych dobranych przykładów, logicznie i jasno konstruuje swe wypowiedzi
	db	Student <b>potrafi umiętnie i dobrze</b> wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi względnie poprawnie posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania różnych metod usprawniania ruchowego. Dokonuje prawidłowej analizy zjawisk z zakresu diagnozowania na podstawie typowych przykładów, poprawnie, z niewielką ilością błędów konstruuje swe wypowiedzi
	dst plus	Student <b>potrafi umiętnie i dobrze (z niewielkimi błędami)</b> wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi względnie poprawnie posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Dokonuje prawidłowej analizy (z niewielką pomocą) zjawisk z zakresu diagnostyki funkcjonalnej na podstawie typowych przykładów, względnie poprawnie, z błędami konstruuje swe wypowiedzi. Posiada dobre praktyczne umiejętności (z niewielkimi błędami) prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania różnych metod usprawniania ruchowego
	dst	Student <b>potrafi dostatecznie dobrze</b> wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada dostateczną umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi w formie podstawowej posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu funkcjonalnego w oparciu o metody diagnostyki. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wie-

		ku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych. Posiada umiejętność stosowania różnych metod usprawniania ruchowego. Jest w stanie z pomocą dokonać analizy zjawisk z zakresu diagnozowania, wypowiedzi konstruowane są względnie poprawnie choć wymagają poprawek
	ndst	Student <b>nie potrafi</b> wykorzystywać podstawowej wiedzy teoretycznej, nie przedstawia, własnych poglądów, nie zna literatury w danej dziedzinie. Nie posiada umiejętności zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Nie zna języka naukowego w tej dyscypliny. Nie zna pojęć z zakresu diagnostyki funkcjonalnej i treningu funkcjonalnego, nie formułuje wniosków ani działań.
K_K01 (+++) K_K02 (++) K_K04 (+) K_K08 (+)	o.	Student aktywnie uczestniczy w dyskusji prezentując własny punkt widzenia i argumentując go, rzetelnie i terminowo realizuje powierzone zadania, z własnej inicjatywy poszerza zakres wiedzy z przedmiotu. Student ma świadomość znaczenia działań w zakresie diagnostyki i programowania treningu funkcjonalnego oraz zakresu wiedzy omawianych na zajęciach, potrafi odnieść zdobytą wiedzę i umiejętności w przyszłej pracy i w życiu codziennym. Posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności oraz wiedzy.
	no.	Student nie uczestniczy w dyskusjach i zajęciach praktycznych, nie potrafi ocenić poziomu swoich kompetencji w zakresie wiedzy nauk biomedycznych oraz diagnostyki i treningu funkcjonalnego.
<b>28. Uwagi:</b>		

Zatwierdzono:

.....  
(data i podpis prowadzącego)

.....  
(data i podpis)