

KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Nauk o Zdrowiu

Kierunek studiów: Fizjoterapia

Forma studiów: Stacjonarne/Niestacjonarne

Stopień studiów: Magisterskie, jednolite

Specjalności: Bez specjalności

2025/2026

NAZWA PRZEDMIOTU	
NAZWA PRZEDMIOTU	Fizjoprofilaktyka i promocja zdrowia
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	mgr Krzysztof Kasicki
LICZBA GODZIN:	
WYKŁADY:	20 h
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1:	Poznanie przez Studentów głównych zagadnień z zakresu promocji zdrowia i fizjoprofilaktyki, pozwalających na ocenę czynników zagrażających zdrowiu oraz podejmowanie działań kształtujących postawy prozdrowotne, ukierunkowanych na pierwotną i wtórną profilaktykę chorób.
EFEKTY UCZENIA SIĘ	

NAZWA PRZEDMIOTU	
O.W11	Student zna zagadnienia związane z kształtowaniem, podtrzymywaniem i przywracaniem sprawności oraz wydolności osobom w różnym wieku, w tym osobom starszym, utraconej lub obniżonej w skutek różnych chorób i urazów, a także zasady promocji zdrowia – w stopniu zaawansowanym.
O.U7	Student potrafi zastosować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia, profilaktykę niepełnosprawności, a także pierwotną i wtórną profilaktykę chorób.
O.K.3	Student jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty.
C.W17.	Student zna zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką.
C.W4.	Student zna wybrane metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem, metody oceny aktywności pacjenta w różnych stanach chorobowych.
C.U17.	Student potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.
WYMAGANIA WSTĘPNE	
	Podstawowa wiedza z zakresu biologii
TREŚCI PROGRAMOWE	

NAZWA PRZEDMIOTU	
WYKŁADY:	Definicja i modele zdrowia. Mandala zdrowia. Kryteria i ocena zdrowia, mierniki zdrowia. Czynniki kształtujące zdrowie. Demograficzne wskaźniki zdrowia. Idea i strategie promocji zdrowia. Promocja zdrowia a profilaktyka. Edukacja zdrowotna jako kluczowy komponent promocji zdrowia. Teorie edukacji zdrowotnej. Główne zagrożenia zdrowia i problemy zdrowotne w Polsce i UE. Wpływ środowiska na zdrowie człowieka. Żywnienie a zdrowie. Stres psychologiczny jako czynnik ryzyka zdrowia. Organizacje działające na rzecz ochrony zdrowia: WHO, Polski system ochrony zdrowia. Definicja i rodzaje fizjoprofilaktyki. Rekomendowane sposoby realizacji działań fizjoterapeutycznych. Testy funkcjonalne w ocenie stanu zdrowia. Sposoby oceny składu ciała. Aktywność fizyczna w promocji zdrowia i profilaktyce. Sposoby doboru, oceny i monitorowania aktywności fizycznej. Założenia treningu zdrowotnego. Klasyfikacja ICF. Czynniki ryzyka i profilaktyka wybranych chorób przewlekłych (otyłość, cukrzyca typu 2, choroby sercowo-naczyniowe, nowotwory, osteoporoza). Fizjoprofilaktyka w neurologii wieku rozwojowego. Fizjoprofilaktyka udarów mózgu. Fizjoprofilaktyka zespołów bólowych kręgosłupa. Fizjoprofilaktyka a ergonomia. Samorządowe programy polityki zdrowotnej. Przykładowe programy promocji zdrowia; przykładowe działania fizjoprofilaktyczne – diagnoza problemu, plan i realizacja programu, ocena efektów programu.
METODY DYDAKTYCZNE	
	Wykłady, Dyskusja, Praca z artykułem naukowym
NAKŁAD PRACY STUDENTA:	
GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM	20
GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO	10
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU	30
REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA	

NAZWA PRZEDMIOTU	
	Warunkiem zaliczenia jest przedstawienie projektu w zakresie fizjoprofilaktyki lub promocji zdrowia
METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW:	
W ZAKRESIE WIEDZY:	Odpowiedź ustna dotycząca zadanego tematu projektu.
W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI:	Przygotowanie projektu w zakresie fizjoprofilaktyki lub promocji zdrowia
W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:	Aktywność na zajęciach
SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE (I i II termin)	Termin I: Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego Termin II: Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego
FORMA ZALICZENIA PRZEDMIOTU	Zaliczenie ocena
KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ	
NA OCENĘ 3,0	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego (min. 51%)
NA OCENĘ 3,5	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego, i odpowiedź na 2 pytania (min. 66%)
NA OCENĘ 4,0	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego, i odpowiedź na 3 pytania (min. 71%)
NA OCENĘ 4,5	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego, i odpowiedź na 4 pytania (min. 86%)
NA OCENĘ 5,0	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego, i odpowiedź na wszystkie 5 pytań (min. 91%)
NA OCENĘ 6,0	Przedstawienie projektu grupowego i planu fizjoprofilaktycznego + przedstawienie problemu badawczego uzupełnionego wiedzą dodatkową (ponadprogramową) z zakresu fizjoprofilaktyki, a także posiadanie 100% obecności na wszystkich zajęciach wykładowych. (100% + dodatkowe osiągnięcia)
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
	Grygorowicz M., Podhorecka M. (red.) Kompendium fizjoprofilaktyki, Poznań 2020
	Karski J.B. (red.) Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia. CeDeWu, Warszawa 2009

NAZWA PRZEDMIOTU	
	Woynarowska B. (red.) Edukacja zdrowotna. PWN, Warszawa 2017
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	
	Narodowy Program Zdrowia 2021-2025 Cianciara D. (red.) Zarys współczesnej promocji zdrowia. PZWL, Warszawa 2010