

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Zarządzanie Ośrodkami SPA

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Promocja zdrowia
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Health Promotion
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ANSP1
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
3	10	10	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell 1.Przygotowanie studentów do pełnienia roli promotorów zdrowego stylu życia. 2.Dostarczenie wiedzy z zakresu promowania zdrowia w społecznościach lokalnych i w miejscu pracy.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

1 Wiedza z zakresu biologii człowieka.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Zna podstawy promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej. Posiada wiedzę w zakresie podejścia siedliskowego w promocji zdrowia np. zdrowy zakład pracy. Rozumie i diagnozuje styl życia oraz wybrane modele zachowań prozdrowotnych. Zna teorie wyjaśniające zachowania i działania ludzi w zdrowiu i chorobie, przyczyny podejmowania decyzji o zmianie zachowań, przebieg procesu tych zmian. Zna założenia Narodowego Programu Zdrowia na lata 2007-2015. Zna rolę mediów w promocji zdrowia.

EK2 Wiedza: Posiada umiejętności umożliwiające włączanie się w realizację zadań profilaktyki i ochrony zdrowia. Potrafi zidentyfikować zachowania umacniające zdrowie oraz zagrożenia zdrowotne. Potrafi podjąć stosowne działania w celu kształtowania postaw sprzyjających zdrowiu. Potrafi przedstawić programy promocji zdrowia i warunki ich realizacji. Potrafi dobrać odpowiednie metody edukacji zdrowotnej w zależności od wieku, stanu zdrowia, warunków i miejsca pobytu.

EK3 Kompetencje społeczne: Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie i inspirowania innych do prowadzenia zdrowego stylu życia, jest modelem zachowań prozdrowotnych w środowisku. Kształtuje aktywną postawę wobec własnego zdrowia, problemów, stylu życia w rodzinie oraz zdrowia środowiskowego.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Pojęcie zdrowia i metody jego pomiaru. Mandala zdrowia. Salutogenetyczny model zdrowia. Wskaźniki zdrowia. Czynniki warunkujące zdrowie. Styl życia i zachowania zdrowotne. Rozwój idei promocji zdrowia. Światowa Deklaracja Zdrowia Zdrowie 21.Cele, obszary i podejścia w promocji zdrowia. Podstawowe założenia Narodowego Programu Zdrowia na lata 2007-2015,. Edukacja zdrowotna jako kluczowy komponent promocji zdrowia. Edukacja zdrowotna ukierunkowana na upodmiotowienie ludzi. Profilaktyka a promocja zdrowia. Diagnozowanie potrzeb zdrowotnych. Programowanie działań promujących zdrowie w stosunku do społeczności lokalnych i jednostki. Projekty wykorzystujące podejście siedliskowe w promocji zdrowia. Promocja zdrowia w miejscu pracy. Główne zagrożenia zdrowia i problemy zdrowotne ludności. Marketing zdrowotny i kampanie społeczne w promocji zdrowia. Promocja zdrowia w Unii Europejskiej	10
	RAZEM	10



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Czynniki wpływające na zdrowie; złożoność pojęcia zdrowie; zachowania zdrowotne prozdrowotne i antyzdrowotne. Najczęstsze problemy zdrowotne i sposoby zapobiegania; pojęcie czynnika ryzyka, zachowania ryzykowne. Określenie potrzeb w zakresie edukacji zdrowotnej wybranej grupy. Podstawowe założenia programów edukacyjnych w zapobieganiu uzależnieniom; zasady polityki pracodawców w przeciwdziałaniu palenia tytoniu przez pracowników Strategia dokonywania zmian i kierowania nimi. Charakterystyka zmiennych kluczowych w dokonywaniu zmian zachowań zdrowotnych ludzi. Przemoc i agresja, sposoby rozpoznawania i zapobiegania. Umiejętność tworzenia klimatu społecznego sprzyjającego zdrowiu psychicznemu ludzi. Projekty promocji zdrowia wykorzystujące podejście siedliskowe; zdrowe miasto, zdrowy zakład pracy. Przeprowadzanie ewaluacji procesu i wyników. Poziomy profilaktyki matryca promocji zdrowia. Przykłady programów profilaktycznych, zapobieganie wadom cewy nerwowej	10
	RAZEM	10

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Burza mózgów
- M2 Dyskusja
- M3 Praca w grupach
- M4 Prezentacje multimedialne
- M5 Wykłady

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	20
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	5
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	40
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	10
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Aktywność na zajęciach
----	------------------------



OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Zaliczenie pisemne
----	--------------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Pozytywna ocena z kolokwium i obecność na ćwiczeniach
---	---

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	60% zaplanowanych umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanych umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanych umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Deklaruje raczej pozytywną postawę
NA OCENĘ 4	Deklaruje pozytywną postawę
NA OCENĘ 5	Deklaruje zdecydowanie pozytywną postawę

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W03, K_W04, K_W06, K_W12, K_U04, K_U07, K_K01, K_K02, K_K09	Cel1	W1	M1 M2 M4 M5	F1 P1
EK2	K_W03, K_W04, K_W06, K_W12, K_U04, K_U07, K_U01, K_K01, K_K02, K_K09	Cel1	W1 C1	M1 M2 M3 M4	F1 P1
EK3	K_W03, K_W04, K_W06, K_W12, K_U04, K_U07, K_K01, K_K02, K_K09	Cel1	W1 C1	M1 M2 M3 M4	F1



11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Karski J.B. — *Promocja zdrowia*, Warszawa, 1999, IGNIS
- 2 Karski J.B. — *Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia*, Warszawa, 2009, CeDeWu

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Kuński H. — *Promowanie zdrowia*, Łódź, 2000, WUŁ

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Bożena Makowska (kontakt: bozena.makowska@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Bożena Makowska (kontakt: bozena.makowska@awf.krakow.pl)

dr Bożena Makowska (kontakt: bozena.makowska@awf.krakow.pl)

doktor Bożena Makowska (kontakt: bmakowska@poczta.wp.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....