

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Kultura Fizyczna Osób Starszych

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna
Trener Personalny

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Edukacja zdrowotna
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Health Education
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASC2
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	4

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
4	15	15	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cel1 Edukacja w zakresie behawioralnych i psychospołecznych uwarunkowań zdrowia.

Cel2 Przygotowanie liderów i koordynatorów edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia osób starszych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Podstawy biochemii i fizjologii człowieka Podstawy żywienia człowieka Podstawy pedagogiki, psychologii i socjologii

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Dysponuje podstawową wiedzą w zakresie behawioralnych, psychospołecznych oraz środowiskowych uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych.

EK2 Wiedza: Zna podstawowe zasady promocji zdrowego stylu życia oraz rozumie i diagnozuje wybrane modele zachowań zdrowotnych w promocji zdrowia osób starszych.

EK3 Wiedza: Interpretuje podstawowe wskaźniki zdrowia w ujęciu holistycznym oraz ocenia wybrane zagrożenia zdrowia osób starszych.

EK4 Wiedza: Umie opracować i zrealizować programy profilaktyczno- promocyjne w zakresie różnych obszarów edukacji zdrowotnej osób starszych.

EK5 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy o zdrowiu oraz dbałość o zdrowy styl życia.

EK6 Kompetencje społeczne: Jest zdolny do rozwiązywania niektórych problemów zdrowotnych poprzez podejmowanie zachowań prozdrowotnych.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Biomedyczny i holistyczny paradygmat zdrowia. Uwarunkowania zdrowia i etiologia chorób przewlekłych. Patogeniczna i salutogeniczna orientacja nauk medycznych. Nowoczesne modele zachowań zdrowotnych. Teoretyczne i metodyczne podstawy edukacji zdrowotnej osób starszych.	3
W2	Podstawowe problemy zdrowotne i zagrożenia zdrowia osób starszych. Narodowy Program Zdrowia - cele strategiczne i operacyjne oraz dotyczące różnych grup populacyjnych, w tym osób starszych i niepełnosprawnych	3
W3	Higiena zdrowia psychicznego i społecznego osób starszych. Stres psychologiczny jako czynnik ryzyka zdrowia i etiologii chorób przewlekłych. Wzorce radzenia sobie ze stresem	2
W4	Rekreacyjna aktywność fizyczna osób starszych jako element promocji zdrowia oraz profilaktyki chorób przewlekłych i opóźniania zmian inwolucyjnych	2
W5	Zdrowotne aspekty toksykomanii osób starszych (nikotynizmu, alkoholizmu i lekomanii)	4
W6	Inne środowiskowe uwarunkowania zdrowia osób starszych (środowisko fizyczne)	1
	RAZEM	15

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Przegląd i ocena metod stosowanych w edukacji zdrowotnej osób dorosłych	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć2	Programy prewencyjno-promocyjne w zakresie zdrowia psychospołecznego osób starszych	2
Ć3	Edukacja zdrowotna w zakresie różnych aspektów stylu życia osób starszych (promocja racjonalnego żywienia, aktywnego trybu życia, unikania różnych form toksykomanii, radzenia sobie ze stresem, etc.) oraz badań profilaktycznych	4
Ć4	Edukacja w zakresie innych środowiskowych uwarunkowań zdrowia (środowisko fizyczne)	2
Ć5	Analiza Karty Praw Pacjenta. Osoby starsze w systemie opieki zdrowotnej	2
Ć6	Opracowywanie przykładowych programów edukacji zdrowotnej dla osób starszych	3
	RAZEM	15

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Burza mózgów

M2 Projekty

M3 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	30
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	10
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	Odpowiedź ustna
F2	Projekt zespołowy

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Test
----	------

**KRYTERIA OCENY**

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	51% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
NA OCENĘ 5	95% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	51% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
NA OCENĘ 5	95% pozytywnych odpowiedzi w teście wiedzy nt uwarunkowań i zagrożeń zdrowia osób starszych
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	dostateczna umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
NA OCENĘ 4	dobra umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
NA OCENĘ 5	bardzo dobra umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	dostateczna umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
NA OCENĘ 4	dobra umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
NA OCENĘ 5	bardzo dobra umiejętność planowania programów z zakresu edukacji zdrowotnej osób starszych
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	dostateczna aktywność na zajęciach
NA OCENĘ 4	dobra aktywność na zajęciach
NA OCENĘ 5	bardzo dobra aktywność na zajęciach
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	dostateczna aktywność na zajęciach
NA OCENĘ 4	dobra aktywność na zajęciach
NA OCENĘ 5	bardzo dobra aktywność na zajęciach

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W04 K_W08 K_W10	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6		F2 F1 P1
EK2	K_W04 K_W08 K_W10	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć1		F2 F1 P1
EK3	K_U04 K_U07 K_U17	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć1		F2 F1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK4	K_U04 K_U07 K_U17	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć1		F2 F1
EK5	K_K01 K_K07 K_KO9	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć1		F2
EK6	K_K01 K_K07 K_KO9	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć1		F2 F1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Kościńska E. — *Edukacja zdrowotna seniorów i osób przewlekle chorych.*, Bydgoszcz, 2010, Wyd. UKW

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Woynarowska B. — *Edukacja zdrowotna.*, Warszawa, 2007, Wyd. Naukowe PWN
- 2 Heszen I., Sęk H. — *Psychologia zdrowia*, Warszawa, 2012, PWN

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Maria Gacek (kontakt: maria.gacek@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Maria Gacek (kontakt: maria.gacek@awf.krakow.pl)

mgr Małgorzata Morawska (kontakt: malgorzata.morawska@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....

.....