

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

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

Wydział Rehabilitacji Ruchowej

Kierunek studiów: Fizjoterapia studia licencjackie I stopnia

Profil: Praktyczny

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 722

Stopień studiów: I

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Kinezyterapia
KOD PRZEDMIOTU	RR722 PSA21
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty obowiązkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	12.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	2 3 4

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA KLINICZNE
2	0	28	0	0	0
3	28	0	56	0	0
4	14	0	56	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Nabycie umiejętności efektywnego komunikowania się z pacjentami.
- Cel2 Nabycie umiejętności przeprowadzenia podstawowej diagnostyki fizjoterapeutycznej, jej udokumentowania oraz właściwego planowania i ewaluacji programów postępowania profilaktycznego i fizjoterapeutycznego.
- Cel3 Nabycie umiejętności prowadzenia odpowiednich dla stanu pacjenta ćwiczeń ruchowych z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń wykorzystywanych w kinezyterapii.
- Cel4 Poznanie założeń, mechanizmów działania, zasad doboru, możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych stosowanych w kinezyterapii.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Podstawowa znajomość anatomii, fizjologii i biomechaniki układu ruchu człowieka.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Student zna założenia, mechanizmy działania, zasady doboru oraz możliwe skutki uboczne ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych stosowanych w kinezyterapii.
- EK2 Wiedza: Student potrafi przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.
- EK3 Wiedza: Student potrafi przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.
- EK4 Kompetencje społeczne: Student potrafi efektywnie komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Schemat badania narządu ruchu. Rodzaje ruchów. Czynniki determinujące zakres ruchów czynnych i biernych. Sposoby goniometrycznej oceny zakresów ruchów.	2
W2	Karta badania narządu ruchu. Przyczyny ograniczenia zakresu ruchów biernych i czynnych. Reguły zapisu zakresów ruchu w metodzie SFTR. Wskazania i p-wskazania do wykonywania pomiarów goniometrycznych.	2
W3	Znajomość topograficznych punktów kostnych. Zasady obowiązujące podczas wykonywania pomiarów liniowych. Zasady zapisu wyników pomiarów.	2
W4	Zasady doboru, metodyki wykonania i interpretacji podstawowych testów funkcjonalnych.	2
W5	Podstawy badania siły mięśniowej metodą Lovett'a. Zasady stopniowania siły w metodzie tradycyjnej. Wskazania i p-wskazania do testowania siły mięśniowej. Sposoby zapisu uzyskanych wyników.	2
W6	Różnice w testowaniu siły mięśni kkg, kkd, tułowia, głowy i szyi. Ruchy trikowe, substytucyjne. Wskazania i p-wskazania do alternatywnej oceny siły mięśniowej. Zasady zapisu siły wg metodyki SFTR.	2
W7	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń biernych właściwych. Zasady i metodyka ciągłego ruchu biernego (CPM - continuous passive motion).	2
W8	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń biernych redresyjnych. Zasady główne i formy prowadzenia redresji i autoredresji. Oddziaływanie statyczne progresywne i dynamiczne.	2
W9	Rodzaje współdziałania mięśni, współdziałanie synergistów. Synergizmy względne i bezwzględne. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń izometrycznych i synergistycznych.	2



WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W10	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu. Rodzaje odciążeń. Główne zasady prowadzenia ćwiczeń..	2
W11	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu z oporem. Rodzaje oporów i zasady ich stosowania.	2
W12	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych wspomaganych i samowspomaganych. Formy wspomagania.	2
W13	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń czynnych właściwych i czynnych z oporem. Formy oporu i ich wpływ na rodzaj skurczu mięśni.	2
W14	Metody treningu oporowego. Dobór ćwiczeń w zależności od siły mięśniowej.	2
W15	Podstawy neuromechaniki. Przyczyny i typowe miejsca ucisku nerwów. Zasady, wskazania i p-wskazania diagnozowania i neuromobilizacji. Automobilizacje.	2
W16	Sposoby zwiększania zakresu ruchu. Neurofizjologiczne podstawy relaksacji mięśni. Metodyka i sposoby wykonania poizometrycznej relaksacji mięśni.	2
W17	Analiza faz chodu. Wyznaczniki kinematyczne chodu prawidłowego. Rodzaje i przyczyny chodu patologicznego. Testy lokomocyjne. Etapy nauki chodzenia.	2
W18	Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń równoważnych i koordynacyjnych. Formy utrudniania prowadzonych ćwiczeń.	2
W19	Mechanizm oddychania. Tory oddechowe. Praca przepony w różnych pozycjach wyjściowych. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń oddechowych. Rodzaje ćwiczeń oddechowych. Cele, wskazania i p-wskazania do prowadzenia ćwiczeń rozluźniających.	2
W20	Kompleksowa Terapia Udrażniająca (KTU). Cele, wskazania i p-wskazania ćwiczeń przeciwobrzękowych. Formy oddziaływania przeciwobrzękowego.	2
W21	Programowanie terapii na podstawie wyników diagnostyki fizjoterapeutycznej. Kompleksowość działań diagnostyczno-terapeutycznych - prezentacja przypadków.	2
	RAZEM	42

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Wprowadzenie do ćwiczeń z kinezyterapii. Przepisy BHP na ćwiczeniach z kinezyterapii. Podstawowe zasady bezpieczeństwa pracy w kinezyterapii.	2
Ć2	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - badanie podmiotowe, przedmiotowe, dodatkowe.	2
Ć3	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - wywiad.	2
Ć4	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - sposoby oceny zakresu ruchu w stawach. Sposoby zapisu uzyskanych wyników; normy fizjologiczne.	2
Ć5	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - sposoby oceny siły mięśniowej. Sposoby zapisu uzyskanych wyników.	2
Ć6	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - ocena funkcjonalna. Dokumentacja uzyskanych wyników.	2
Ć7	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - kwestionariusze stosowane w fizjoterapii. Kodowanie uzyskanych wyników.	2
Ć8	Podstawowa diagnostyka fizjoterapeutyczna - testy funkcjonalne.	2
Ć9	Ćwiczenia i metody terapeutyczne stosowane w rehabilitacji.	2
Ć10	Tworzenie programu usprawniania. Kontrola wyników. Właściwy dobór środków terapeutycznych.	2
Ć11	Bezruch i jego wpływ na organizm człowieka.	2
Ć12	Ćwiczenia ogólnousprawniające. Gimnastyka poranna.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć13	Właściwości i wykorzystanie środowiska wodnego w rehabilitacji.	2
Ć14	Nowoczesny sprzęt i pomoce wykorzystywane w rehabilitacji.	2
	RAZEM	28

SEMINARIUM

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
S1	Metodyka badania goniometrycznego. Goniometryczne pomiary zakresu ruchów w stawach kończyn górnych. Zapis pomiarów wg metody SFTR (fizjologiczny, przykurcze, usztywnienia).	4
S2	Metodyka badania goniometrycznego. Goniometryczne pomiary zakresu ruchów w stawach kończyn dolnych. Zapis pomiarów wg metody SFTR (fizjologiczny, przykurcze, usztywnienia).	4
S3	Orientacyjne pomiary długości kkg i kkd. Pomiary liniowe długości kkg i kkd (dł. względnej, bezwzględnej, absolutnej, odcinkowej). Pomiary obwodów kkg i kkd. Pomiary liniowe ruchomości kręgosłupa i zakresu ruchów tułowia.	4
S4	Wykonanie i interpretacja wybranych testów funkcjonalnych. Ocena stawów obwodowych, kręgosłupa, mięśni, nerwów, naczyń krwionośnych.	8
S5	Praktyczna nauka testowania mięśni kkg. Zapis uzyskanych wyników.	4
S6	Praktyczna nauka testowania mięśni kkd. Zapis uzyskanych wyników.	4
S7	Praktyczna nauka testowania mięśni tułowia oraz mięśni mimicznych. Zapis uzyskanych wyników.	4
S8	Alternatywne metody oceny siły mięśniowej. Zapis uzyskanych wyników. Interpretacja uzyskanych wyników.	4
S9	Analiza przypadków pacjentów z różnymi dysfunkcjami. Planowanie i przeprowadzenie diagnostyki w oparciu o nabyte umiejętności.	4
S10	Metodyka prowadzenia ćwiczeń biernych właściwych. Pozycje wyjściowe, chwyt, stabilizacja, charakter ruchu.	4
S11	Metodyka prowadzenia ćwiczeń biernych redresyjnych i autoregresji. Pozycje wyjściowe, chwyt, stabilizacja, charakter ruchu. Zasada "krótkich dźwigni".	4
S12	Rodzaje skurczów mięśniowych. Metodyka prowadzenia ćwiczeń izometrycznych. Synergizmy względne i bezwzględne. Metodyka prowadzenia ćwiczeń synergistycznych ipsilateralnych i kontralateralnych.	4
S13	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu. Formy odciążeń, efektywność różnych rodzajów odciążeń.	4
S14	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych w odciążeniu z oporem. Formy oporów, efektywność różnych rodzajów oporów.	4
S15	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych wspomaganych i samowspomaganych. Formy wspomagania.	4
S16	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych właściwych. Formy zwiększania trudności ćwiczeń czynnych właściwych. Autoregresje z wykorzystaniem zestawu blockowo-ciężarkowego. Wyciągi redresyjne.	4
S17	Metodyka prowadzenia ćwiczeń czynnych z oporem. Dobór i dawkowanie oporu. Praca koncentryczna i ekscentryczna mięśni. Wykorzystanie różnych form oporu. Metodyka prowadzenia treningu oporowego.	4
S18	Analiza przypadków pacjentów z różnymi dysfunkcjami. Planowanie leczenia i modyfikacja programu usprawniania w oparciu o wyniki uzyskanych badań. Dobór odpowiednich ćwiczeń w zależności od uzyskanych wyników. Praktyczne wykonanie ćwiczeń.	4
S19	TERAPI MASTER - metodyka prowadzenia ćwiczeń w odciążeniu, wspomaganych, w odciążeniu z oporem.	4



SEMINARIUM

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
S20	Neuromobilizacje - metodyka badania i usprawniania. Automobilizacje, Ćwiczenia poślizgowe nerwów obwodowych kkg.	4
S21	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni kkg.	4
S22	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni kkd.	4
S23	Poizometryczna relaksacja mięśni - metodyka wykonania ćwiczeń mięśni tułowia.	4
S24	Analiza chodu prawidłowego i chodów patologicznych. Przygotowanie do nauki chodu. Właściwa nauka chodu. Doskonalenie chodu. Diagnostyka, planowanie i prowadzenie usprawniania.	4
S25	Metodyka prowadzenia ćwiczeń równoważnych, koordynacyjnych i czynnościowych.	4
S26	Metodyka prowadzenia ćwiczeń oddechowych, rozluźniających. Pozycje drenażowe.	4
S27	Kompleksowa terapia udrażniająca. Wykorzystanie i metodyka prowadzenia ćwiczeń. Metodyka prowadzenia ćwiczeń p-zakrzepowych.	4
	RAZEM	112

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Praca w grupach
- M3 Studium przypadku
- M4 Wykłady
- M5 Sesje rozwiązywania problemu
- M6 Prezentacje multimedialne
- M7 Konsultacje

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	182
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	80
Opracowanie wyników	18
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	20
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	300
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	12

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Kolokwium
F2	Odpowiedź ustna
F3	Projekt zespołowy
F4	Aktywność na zajęciach
F5	Projekt indywidualny
F6	Referat

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
P2	Egzamin praktyczny

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Student przeciętnie opanował znajomość podstawowych założeń, mechanizmów działania, zasad doboru oraz możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych.
NA OCENĘ 4	Student zna większość założeń, mechanizmów działania, zasad doboru oraz możliwych skutków ubocznych ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych
NA OCENĘ 5	Student całkowicie opanował materiał programowy. Biegle przedstawia i interpretuje wszystkie założenia, mechanizmy działania, zasady doboru oraz możliwe skutki uboczne ćwiczeń, zabiegów i metod terapeutycznych.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Student potrafi niedokładnie przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować niektóre wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.
NA OCENĘ 4	Student potrafi przeprowadzić podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, udokumentować wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie zaplanować i modyfikować program postępowania terapeutycznego.
NA OCENĘ 5	Student szybko i precyzyjnie przeprowadza podstawową diagnostykę fizjoterapeutyczną, dokumentuje wyniki prowadzonych badań oraz na ich podstawie precyzyjnie planuje i modyfikuje program postępowania terapeutycznego.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Student potrafi niedokładnie przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z dostatecznym wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.
NA OCENĘ 4	Student potrafi przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.
NA OCENĘ 5	Student potrafi szybko i bezbłędnie przeprowadzić odpowiednie dla stanu pacjenta ćwiczenia ruchowe z właściwym wykorzystaniem tradycyjnego i nowoczesnego sprzętu i urządzeń stosowanych w kinezyterapii.
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	Student potrafi komunikować się z pacjentami.
NA OCENĘ 4	Student potrafi komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.
NA OCENĘ 5	Student potrafi efektywnie i precyzyjnie komunikować się z pacjentami w różnym wieku i o różnym poziomie intelektualnym.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY Kształcenia dla przedmiotu	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W11, K_W12, K_K04	Cel4	W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 W16 W17 W18 W19 W20 Ć1 Ć9 Ć10 Ć12 Ć13 Ć14 S10 S11 S12 S13 S14 S15 S16 S17 S18 S19 S20 S21 S22 S23 S24 S25 S26 S27		F6 F5 F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK2	K_U09, K_U10, K_U17, K_U18, K_U19, K_U22, K_K03, K_K04, K_K06, K_K07	Cel1 Cel2	W15 W16 W17 W19 W20 Ć1 Ć9 Ć10 Ć14 S18 S20 S24 W1 W2 W3 W4 W5 W6 W21 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 S1 S2 S3 S4 S5 S6 S7 S8 S9		F6 F5 F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK3	K_W10, K_W11, K_W12, K_U02, K_U06, K_U09, K_U10, K_U13, K_U17, K_U19, K_K03, K_K04, K_K07	Cel3 Cel4	W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 W16 W17 W18 W19 W20 Ć1 Ć9 Ć12 Ć13 Ć14 S10 S11 S12 S13 S14 S15 S16 S17 S18 S19 S20 S21 S22 S23 S24 S25 S26 S27 W21 Ć11		F6 F5 F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK4	K_U02, K_U10, K_U13, K_U22, K_K03, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2 Cel3	S10 S11 S12 S13 S14 S15 S16 S17 S18 S19 S20 S21 S22 S23 S24 S25 S26 S27 Ć2 Ć3 Ć6 Ć7 S1 S2 S3 S4 S5 S6 S7 S8 S9		F6 F5 F4 F3 F2 F1 P1 P2

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Buckup K.** — *Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni.*, Warszawa, 1998, PZWL
- 2 **Lewit K.** — *Leczenie manualne zaburzeń czynności narządu ruchu.*, Warszawa, 1984, PZWL
- 3 **Nowotny J.** — *Podstawy fizjoterapii*, Kraków, 2004, KASPER



- 4 Pieniążek M. — *Wybrane zagadnienia kinezyterapii*, Kraków, 1988, AWF
- 5 Pieniążek M. — *Zestawy podstawowych, miejscowych ćwiczeń leczniczych w zależności od wyników testu Lovetta*, Kraków, 1984, AWF
- 6 Szczechowicz J. — *Pomiary kątowe zakresu ruchu. Zapis pomiaru metodą SFTR.*, Kraków, 2011, AWF
- 7 Zembaty A. — *Kinezyterapia*, Kraków, 2002, KASPER
- 8 Shaclock M. — *Neurodynamika kliniczna*, Wrocław, 2005, Elsevier Urban & Partner
- 9 Petty N.J. — *Badanie i ocena narządu ruchu*, Wrocław, 2010, Elsevier Urban & Partner

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Evjenth. O., Hamberg J. — *Muscle stretching in manual therapy*, Sweden, 1993, Alfta Rehab.
- 2 Foldi M., StroBenreuther R. — *Podstawy manualnego drenażu limfatycznego*, Wrocław, 2005, Urban & Partner
- 3 Orzech J. — *trening siły mięśniowej w stanach patologicznych*, Tarnów, 2000, Sport i rehabilitacja

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Jakub Szczechowicz (kontakt: jakub.szczechowicz@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Arkadiusz Berwecki
dr Grażyna Guzy
dr Mariusz Janusz
dr Edyta Mikołajczyk
dr Agata Milert
dr hab. Marek Pieniążek (kontakt: mpeniazek1@poczta.onet.pl)
dr Jakub Szczechowicz

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

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