

## Karta Opisu Przedmiotu

Kierunek studiów		Fizjoterapia					
Profil kształcenia		Praktyczny					
Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia					
Specjalność							
Forma studiów		Studia stacjonarne					
Semestr studiów		IV					
Nazwa przedmiotu		Przedmiot do wyboru VII: Trening Stabilizacyjny			Nauki podst. (T/N)		N
Subject Title		Subject to choose VII: Stability Training					
ECTS (pkt.)				Tryb zaliczenia przedmiotu		Kod przedmiotu	
Całk.	2	Kont.	1,2	Prakt.	1,2	Zaliczenie na ocenę	
						IF-IV-11	
Wymagania wstępne w zakresie przedmiotu		Nazwy przedmiotów		fizjologia, anatomia, kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu, kinezyterapia			
		Wiedza		1. Zna budowę anatomiczną i funkcjonalną człowieka. 2. Zna mechanizmy regulujące i sterujące ruchem na poziomie fizjologicznym i funkcjonalnym.			
		Umiejętności		1. Potrafi zastosować wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii w ocenie stanu funkcjonalnego narządu ruchu. 2. Potrafi zaplanować zgodnie metodyką nauczania ruchu proces usprawniania.			
		Kompetencje społeczne		1. Dbą o sprawność fizyczną a swoją postawą dają przykład i wzór do naśladowania w aspekcie zdrowotnym i społecznym.			
<b>Program przedmiotu</b>							
Forma zajęć		L. godz. zajęć w sem.		Prowadzący zajęcia			
		Całkowita	Kontaktowa	(tytuł/stopień naukowy, imię i nazwisko)			
Seminarium		50	30				
<b>Treści kształcenia</b>							
Seminarium		Sposób realizacji		Zajęcia praktyczne			
Lp.	Tematyka zajęć						Liczba godzin
1.	Stabilność i mobilność organizmu jako dwie podrasawowe funkcje narządu ruchu.						2
2.	Stabilność organizmu w aspekcie anatomicznym i fizjologicznym.						2
3.	Zasady stosowania treningu stabilizacyjnego.						2
4.	Techniki i strategie postępowania w treningu stabilizacyjnym.						2
5.	Zasady diagnostyki funkcjonalnej w treningu stabilizacyjnym.						2
6.	Trening stabilizacyjny stawu skokowego i obszaru stopy.						2
7.	Trening stabilizacyjny stawu kolanowego i biodrowego.						2
8.	Trening stabilizacyjny kompleksu miednicznego.						2
9.	Trening stabilizacyjny lędźwiowego odcinka kręgosłupa.						2
10.	Trening stabilizacyjny piersiowego odcinka kręgosłupa.						2
11.	Trening stabilizacyjny szyjnego odcinka kręgosłupa.						2
12.	Trening stabilizacyjny obręczy barkowej.						2
13.	Trening stabilizacyjny w obrębie kończyny górnej						2
14.	Konsolidacja strategii terapeutycznych.						2
15.	Planowanie programów treningowych w wybranych dysfunkcjach klinicznych						2
L. godz. pracy własnej studenta			20	L. godz. kontaktowych w sem.			30
Sposoby sprawdzenia zamierzonych efektów kształcenia			Obserwacja postawy i zachowania studenta, dyskusja				
Efekty kształcenia dla przedmiotu - po zakończonym cyklu kształcenia		Wiedza		1. KF_W 19 zna metody i środki stosowane w procesie usprawniania opartym na treningu stabilizacyjnym			
		Umiejętności		1. KF_U23 podejmuje działania wspomagające proces postępowania fizjoterapeutycznego w oparciu o znajomość treningu stabilizacyjnego.			
		Kompetencje społeczne		1. KF_K05 potrafi samodzielnie wykonywać powierzone mu zadania wspólnie w grupie			

**Metody dydaktyczne:**

Pokaz praktyczny, prezentacja multimedialna

**Forma i warunki zaliczenia przedmiotu:**

Dyskusja, Obserwacja, Zaliczenie praktyczne

**Literatura podstawowa:**

- [1] Myers Thomas W. Taśmy anatomiczne : meridiany mięśniowo-powięziowe dla terapeutów manualnych i specjalistów leczenia ruchem / Thomas W. Myers ; na specjalne zamówienie kolor. il. wykonali: Debbie Maizels, Philip Wilson, Graeme Chambers ; [tł. z jęz. ang. Mirosław Kokosz.]. - Wyd. 1 pol. / red. nauk. Dobrogniewa Bąkowska. - Warszawa
- [2] Anatomia człowieka : podręcznik dla studentów medycyny / aut. Adam Krechowiecki [et al.]. - Wyd. 6 [i. e. 7 dodr.] / pod red. Janiny Sokołowskiej-Pituchowej. - Warszawa : Wydawnictwo Lekarskie PZWL
- [3] Anatomia człowieka. Cz. 1 / Zofia Ignasiak, Antoni Janusz, Aniela Jarosińska ; Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. - [Wyd. 11]. - Wrocław : Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, 2002.

**Literatura uzupełniająca:**

- [1] PNF w praktyce : ilustrowany przewodnik / Susan S. Adler, Dominiek Beckers, Math Buck ; [tł. z jęz. ang. Monika Chudzińska, Mirosław Kokosz]. - Wyd. 1 pol. / red. nauk. Mirosław Kokosz, Ewa Górna. - Warszawa : DB Publishing, 2009
- [2] Atlas anatomii człowieka. T. 1. Głowa, szyja, kończyna górna / Sobotta ; oprac. przez R. Putza i R. Pabsta ; przy współpr. Renaty Putz ; [tł. Witold Woźniak, Kazimierz S. Jędrzejewski]. - Wyd. 3 pol., dodr. / oprac. przez Witolda Waźniaka i Kazimierza S. Jędrzejewskiego. - Wrocław : Elsevier Urban & Partner, 2008.

\* niewłaściwe przekreślić

.....  
(kierownik jednostki organizacyjnej/bezpośredni przełożony:  
pieczęć/podpis

.....  
(Dziekan Wydziału  
pieczęć/podpis)