



**Adaptowana aktywność fizyczna,  
Sport osób z niepełnosprawnościami**

<b>1. METRYCZKA</b>	
Rok akademicki	2024-2025
Wydział	Wydział Lekarsko Stomatologiczny
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	Jednolite magisterskie
Forma studiów	Studia stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie / Egzamin
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Podstaw Fizjoterapii (WLS15) Wydział Lekarsko-Stomatologiczny WUM ul. Księcia Trojdena 2c Tel. 22 57 20 920
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. Anna Hadamus
Koordynator przedmiotu	Dr Andrzej Ochal <a href="mailto:andrzej.ochal@wum.edu.pl">andrzej.ochal@wum.edu.pl</a>
Osoba odpowiedzialna za sylabus)	Dr Andrzej Ochal <a href="mailto:andrzej.ochal@wum.edu.pl">andrzej.ochal@wum.edu.pl</a>
Prowadzący zajęcia	Dr hab. Dariusz Boguszewski, Dr Andrzej Ochal, Dr Anna Obszyńska-Litwiniec Mgr Agata Szymańska, Mgr Michalina Siekiera

<b>2. INFORMACJE PODSTAWOWE</b>			
<b>Rok i semestr studiów</b>	Rok III, semestr V i VI	<b>Liczba punktów ECTS</b>	3.8
<b>FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ</b>		<b>Liczba godzin</b>	<b>Kalkulacja punktów ECTS</b>
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim</b>			
wykład (W)		10	0,4
seminarium (S)		54	2,2
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
<b>Samodzielna praca studenta</b>			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		31	1,2

<b>3. CELE KSZTAŁCENIA</b>	
C1	Przygotowanie studentów do organizacji zajęć, doboru treści i prowadzenia zajęć fizycznych z osobami niepełnosprawnymi i o szczególnych potrzebach;
C2	Poznanie struktury rzeczowej i czasowej treningu sportowego;
C3	Przygotowanie studentów do planowania treningu sportowego i zdrowotnego niepełnosprawnych;
C4	Poprawa bądź utrzymywanie sprawności fizycznej studentów;

<b>4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>	
<b>Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się</b>	<b>Efekty w zakresie</b> (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019)
<b>Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:</b>	
<b>C.W1.</b>	pojęcia z zakresu rehabilitacji medycznej, fizjoterapii oraz niepełnosprawności;

**Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów**  
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

<b>C.W2.</b>	mechanizmy zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem;
<b>C.W5.</b>	zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta;
<b>C.W6.</b>	teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych;
<b>C.W11.</b>	zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej w procesie leczenia i podtrzymywania sprawności osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnościami;
<b>C.W12.</b>	zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej w procesie leczenia i podtrzymywania sprawności osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnościami;
<b>C.W13.</b>	zagrożenia i ograniczenia treningowe związane z niepełnosprawnością;

**Umiejętności – Absolwent\* potrafi:**

<b>C.U3.</b>	kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz osób z różnymi dysfunkcjami, przeprowadzić zajęcia ruchowe o określonym celu, prowadzić reedukację chodu i ćwiczenia z zakresu
<b>C.U13.</b>	poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej;
<b>C.U14.</b>	poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej;
<b>C.U15.</b>	przewodzić zajęcia z wybranych dyscyplin sportowych dla osób z niepełnosprawnościami, w tym zademonstrować elementy techniki i taktyki w wybranych dyscyplinach sportowych dla osób z niepełnosprawnościami;
<b>C.U17.</b>	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.

*\*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie*

## 5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	(pole nieobowiązkowe) Efekty w zakresie
--------------------------	--

**Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:**

W1	
W2	

**Umiejętności – Absolwent potrafi:**

U1	
U2	

**Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:**

**Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów**  
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

K1	nawiązania i utrzymania pełnego szacunku kontaktu z pacjentem, a także okazywania zrozumienia dla różnic światopoglądowych i kulturowych;
K2	wykonywania zawodu, będąc świadomym roli, jaką fizjoterapeuta pełni na rzecz społeczeństwa, w tym społeczności lokalnej;
K3	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;
K4	przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej;
K5	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;
K6	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;
K7	wdrażania zasad koleżeństwa zawodowego i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym;
K8	formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej;
K9	przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób;

<b>6. ZAJĘCIA</b>		
<b>Forma zajęć</b>	<b>Treści programowe</b>	<b>Efekty uczenia się</b>
wykład	<p>Wykłady mają charakter obowiązkowy, mogą być realizowane w formie tradycyjnej lub w systemie e-learningu, na platformie MS Teams, w trybie synchronicznym</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adaptowana aktywność fizyczna (APA) – wprowadzenie.</li> <li>2. Sport osób z niepełnosprawnością – wprowadzenie, ruch paralimpijski, klasyfikacje.</li> <li>3. Charakterystyka wybranych dyscyplin sportu osób z niepełnosprawnościami.</li> <li>4. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością ruchową.</li> <li>5. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością sensoryczną.</li> <li>6. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością intelektualną</li> <li>7. Podstawy teorii treningu sportowego osób niepełnosprawnych.</li> <li>8. Trening zdrowotny jako element adaptowanej aktywności fizycznej. Nowoczesne formy ruchu stosowane w adaptowanej aktywności fizycznej.</li> </ol>	<b>C.W1., C.W2., C.W5., C.W6., C.W11, C.W12., C.W13.</b>
seminarium	<p>I semestr*</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Transfery, wsiadanie i zsiadanie z wózka, nauka samoobsługi osób niepełnosprawnych.</li> <li>2. Doskonalenie jazdy na wózku inwalidzkim. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – koszykówka.</li> </ol>	<b>C.W5., C.W6., C.W11, C.W12., C.W13., C.U3., C.U13., C.U14., C.U15.,</b>

**Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów**  
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

	<p>3. Doskonalenie jazdy na wózku inwalidzkim. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – piłka ręczna, rugby.</p> <p>4. Ćwiczenia ogólnorozwojowe dla osób po amputacjach – Amp-futbol.</p> <p>5. Wybrane dyscypliny paralimpijskie: tenis stołowy, boccie, badminton.</p> <p>6. Praktyczna umiejętność komunikacji z osobami niesłyszącymi, zaliczenie alfabetu migowego; Kolokwium semestralne.</p> <p>II semestr*</p> <p>1. Trening ogólnorozwojowy dla osób z niepełnosprawnością narządu ruchu. Elementy lekkiej atletyki na wózkach. Wybrane dyscypliny paralimpijskie.</p> <p>2. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – siatkówka na siedząco.</p> <p>3. Jazda na wózku inwalidzkim w różnych warunkach terenowych.</p> <p>4. Ćwiczenia usprawniające dla osób z niepełnosprawnością narządu wzroku.</p> <p>5. Elementy judo niewidomych.</p> <p>6. Praktyczna umiejętność komunikacji z osobami niewidomymi; Alfabet Braille’a – zaliczenie; Kolokwium roczne.</p> <p style="text-align: center;">* kolejność tematów może ulec zmianie (w zależności od warunków lokalowych i dostępności sprzętu). Sala zajęć ruchowych w Zakładzie Rehabilitacji oraz Sala Gimnastyczna Centrum Sportowo-Rehabilitacyjnego.</p>	<p><b>C.U17.</b></p> <p><b>K1</b></p> <p><b>K2</b></p> <p><b>K3</b></p> <p><b>K4</b></p> <p><b>K5</b></p> <p><b>K6</b></p> <p><b>K7</b></p> <p><b>K8</b></p> <p><b>K9</b></p>
--	---	---

## 7. LITERATURA

### Obowiązkowa

1. Kosmol A. (red.) *Sport Niepełnosprawnych dla fizjoterapeutów i terapeutów zajęciowych*. Warszawa: AWF, 2022.
2. Morgulec-Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. *Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów*. Warszawa: PZWL.
1. Sozański H., Czerwiński J., Sadowski J. *Podstawy teorii i technologii treningu sportowego*. Warszawa-Biała Podlaska: AWF, 2013, 2015 – Tom I i II.

### Uzupełniająca

1. Suchanowski A., Okulczyk K. *Aktywność ruchowa adaptacyjna. Skrypt dla studentów studiów magisterskich kierunku fizjoterapia*. Gdańsk: AWFIS, 2012.
2. Białoszewski D. (red.). *Fizjoterapia w ortopedii*. Warszawa: PZWL, 2014.
3. Jezierski R., Rybicka A. *Gimnastyka, teoria i metodyka*. AWF, Wrocław 2002.
4. Kasperska K, Smolis-Bąk E, Boguszewski D, Wołyniec E, Białoszewski D. *Metodyka nauczania ruchu (usprawnianie pacjentów na zajęciach grupowych)*. Skrypt dla studentów fizjoterapii. WUM, Warszawa 2017.
5. Gawlik K., Zwierzchowska A. *Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną*. AWF, Katowice 2004.
6. Gawlik K., Waleszczyk E. *Gry i zabawy ruchowe w szkołach specjalnych*. AWF Katowice 2002.
7. Gawlik K., Zwierzchowska A. *Wychowanie fizyczne niewidomych i słabo widzących*. AWF, Katowice 2004.
8. Mazurek L. *Gimnastyka podstawowa. Sport i Turystyka*, Warszawa 1980.

## 8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
-----------------------	--	----------------------

**Załącznik nr 4A do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów**  
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.)

efektu uczenia się		
<p><b>C.W.1., C.W.2., C.W5., C.W6., C.W12., C.W13., C.U1., C.U4., C.U5., C.U6., C.U7., C.U14., C.U15., C.U17.</b></p> <p><b>K1 K2 K3 K4 K5 K6 K7 K8 K9</b></p> <p><b>C.W1., C.W2., C.W5., C.W6., C.W12., C.W13., C.U1., C.U4., C.U5., C.U6., C.U7., C.U14.,</b></p>	<p>1. Czynne uczestnictwo w seminariach. 2. Kolokwium teoretyczne; 3. Opracowanie scenariusza zajęć ruchowych na wybrany temat (opcjonalnie). 4. Samodzielne prowadzenie zestawu ćwiczeń w wybranym temacie (opcjonalnie). 5. Egzamin;</p>	<p>1. Uczestnictwo we wszystkich ćwiczeniach i wykładach 2. Uzyskanie oceny pozytywnej z zaliczeń. 3. Prawidłowe wykonanie elementów techniki jazdy na wózku; 4. Zdanie egzaminu końcowego z przedmiotu;</p>

### 9. INFORMACJE DODATKOWE

Na zajęciach obowiązuje strój sportowy oraz zmienione obuwie sportowe. Zajęcia można odrabiać z innymi grupami oraz pod koniec semestru. Miejsce prowadzenia zajęć: sala gimnastyczna Zakładu Rehabilitacji.

Egzamin testowy multimedialny, typu pytań- u nas jednokrotnego wyboru z czterema dystraktorami, taktowania pytań od 45 do 90 sekund, próg zaliczeń 51%. Skala ocen jest zmienna i zależy od wyników egzaminu.

Terminy egzaminu:

- 1 termin zwykły,
- 2 termin poprawkowy,
- 3 termin komisyjny.

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

#### UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich