



Adaptowana aktywność fizyczna, Sport osób z niepełnosprawnościami

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2025-2026
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 andrzej.ochal@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus)	Dr Andrzej Ochal andrzej.ochal@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr hab. Dariusz Boguszewski, Dr Andrzej Ochal, Dr Anna Obszyńska-Litwiniec Mgr Michalina Siekiera

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	Rok III, semestr V i VI	Liczba punktów ECTS	4.0
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		10	0,4
seminarium (S)		54	2,4
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		36	1,2

3. CELE KSZTAŁCENIA	
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;
C	Przygotowanie studentów do planowania treningu sportowego i zdrowotnego niepełnosprawnych;
C4	Poprawa bądź utrzymywanie sprawności fizycznej studentów;

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

C.W2.	mechanizmy zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą lub urazem;
C.W5.	zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta;
C.W6.	teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych;
C.W11.	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;
C.W12.	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;
C.W13.	zagrożenia i ograniczenia treningowe związane z niepełnosprawnością;

Umiejętności – Absolwent* potrafi:

C.U3.	dobierać i prowadzić kinezyterapię ukierunkowaną na 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 edukacji i reedukacji posturalnej oraz reedukacji funkcji kończyn górnych;
C.U13.	poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej;
C.U14.	poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej;
C.U15.	przeprowadzić zajęcia z wybranych dyscyplin sportowych dla osób z niepełnosprawnościami, w tym zademonstrować elementy techniki i taktyki w wybranych dyscyplinach sportowych dla osób z niepełnosprawnościami;
C.U17.	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	<i>(pole nieobowiązkowe)</i> Efekty w zakresie
---------------------------------	--

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

W.O.11	zagadnienia związane z kształtowaniem, podtrzymywaniem i przywracaniem sprawności oraz wydolności osobom w różnym wieku, w tym osobom starszym, utraconej lub obniżonej wskutek różnych chorób lub urazów, a także zasady promocji zdrowia – w stopniu zaawansowanym;
---------------	---

Umiejętności – Absolwent potrafi:

U.O.6	zastosować działania z zakresu adaptowanej aktywności fizycznej i sportu osób z niepełnosprawnościami dla planowania, doboru, modyfikowania oraz tworzenia różnych form zajęć rekreacyjnych i sportowych dla osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób starszych;
U.O.7	zastosować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia, profilaktykę niepełnosprawności, a także pierwotną i wtórną profilaktykę chorób;

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

KS.O.3	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;
--------	---

6. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
wykład	Wykłady mają charakter obowiązkowy, mogą być realizowane w formie tradycyjnej lub w systemie e-learningu, na platformie MS Teams, w trybie synchronicznym 1. Adaptowana aktywność fizyczna (APA) – wprowadzenie. 2. Sport osób z niepełnosprawnością – wprowadzenie, ruch paralimpijski, klasyfikacje. 3. Charakterystyka wybranych dyscyplin sportu osób z niepełnosprawnościami. 4. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością ruchową. 5. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością sensoryczną. 6. Ćwiczenia ruchowe dla osób z niepełnosprawnością intelektualną 7. Podstawy teorii treningu sportowego osób niepełnosprawnych. 8. Trening zdrowotny jako element adaptowanej aktywności fizycznej. Nowoczesne formy ruchu stosowane w adaptowanej aktywności fizycznej.	C.W1., C.W2., C.W5., C.W6., C.W11, C.W12., C.W13.
seminarium	I semestr* 1. Transfery, wsiadanie i zsiadanie z wózka, nauka samoobsługi osób niepełnosprawnych. 2. Doskonalenie jazdy na wózku inwalidzkim. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – koszykówka. 3. Doskonalenie jazdy na wózku inwalidzkim. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – piłka ręczna, rugby. 4. Ćwiczenia ogólnorozwojowe dla osób po amputacjach – Amp-futbol. 5. Wybrane dyscypliny paralimpijskie: tenis stołowy, boccie, badminton. 6. Praktyczna umiejętność komunikacji z osobami niesłyszącymi, zaliczenie alfabetu migowego; Kolokwium semestralne. II semestr* 1. Trening ogólnorozwojowy dla osób z niepełnosprawnością narządu ruchu. Elementy lekkiej atletyki na wózkach. Wybrane dyscypliny paralimpijskie. 2. Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych – siatkówka na siedząco. 3. Jazda na wózku inwalidzkim w różnych warunkach terenowych. 4. Ćwiczenia usprawniające dla osób z niepełnosprawnością narządu	C.W5., C.W6., C.W11, C.W12., C.W13., C.U3., C.U13., C.U14., C.U15., C.U17.

	wzroku. 5. Elementy judo niewidomych. 6. Praktyczna umiejętność komunikacji z osobami niewidomymi; Alfabet Braille’a – zaliczenie; Kolokwium roczne. * 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.	
--	---	--

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 efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
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. C.W1., C.W2., C.W5., C.W6., C.W12., C.W13., C.U1., C.U4., C.U5., C.U6.,	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;	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;

C.U7., C.U14.,		
---------------------------	--	--

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