

**Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku**  
**KARTA OPISU ZAJĘĆ (SYLABUS) W ROKU AKADEMICKIM cykl kształcenia 2017-2019**

<b>Jednostka Organizacyjna:</b>	<b>Wydział Rehabilitacji i Kinezylogii</b>					<b>Kierunek: FIZJOTERAPIA</b>		
<b>Rodzaj studiów i profil (I stopień/II stopień)</b>	II stopień							
<b>Profil (ogólnoakademicki/praktyczny)</b>	ogólnoakademicki							
<b>Nazwa modułu:</b>	<b>Nazwa zajęć (przedmiotu): PREWENCJA, USZKODZENIE I REGENERACJA MIĘŚNI (PURM)</b>							
<b>Tryb studiów (niestacjonarne / stacjonarne):</b>	<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Rodzaj zajęć</b>	<b>Liczba godzin</b>		<b>Punkty ECTS</b>	<b>*Typ zajęć (przedmiotu)</b>	<b>Język wykładowy</b>
				stacjonarne	niestacjonarne			
	2	4	wykłady	-		-	fakultatywny	polski
			ćwiczenia	24	16	2		
<b>Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za zajęcia (przedmiot):</b> Dr hab. prof. nadzw. Wiesław Ziółkowski								
<b>E-mail:</b> wiech@awf.gda.pl								
<b>Wymagania wstępne:</b>								
Wiedza ogólna z biologii i biochemii.								
<b>Cele zajęć (przedmiotu):</b>								
Głównym celem nauczania przedmiotu jest podniesienie stanu wiedzy studentów do tego poziomu, który umożliwi im : a) zrozumienie istoty mechanizmu uszkodzenia i regeneracji mięśni i b) nabycie umiejętności działań prewencyjnych oraz monitorowania uszkodzenia mięśni i c) umiejętności zaprogramowania działań optymalizujących proces regeneracji mięśni.								
<b>Opis efektów kształcenia dla zajęć (przedmiotu) oraz ich powiązanie z efektami kształcenia dla kierunku</b>						<i>Kod kierunkowego/ych efektu/ów kształcenia</i>	<i>Kod obszarowego/ych efektu/ów kształcenia</i>	
<b>WIEDZA</b>								
W1	Zna i rozumie zagadnienia oraz potrafi posługiwać się terminologią z zakresu wiedzy nauk o zdrowiu, nauk medycznych i kultury fizycznej w odniesieniu do prewencji, uszkodzenia i regeneracji mięśni.					K_W25		
W2	Zna objawy oraz ma wiedzę, jak interpretować zmiany oraz zaburzenia strukturalne związane z uszkodzeniem mięśni.					K_W07		
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>								

U1	Potrafi przeprowadzić rozpoznanie stopnia uszkodzenia i regeneracji mięśni w oparciu o analizę badań na potrzeby fizjoterapii.	K_U07	
<b>KOMPETENCJE</b>			
K1	Potrafi pracować w zespole i potrafi brać odpowiedzialność za pracę własną.	K_K09	
<b>Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:</b>			
<b>Zaliczenie z oceną na podstawie ocen</b>			
Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:			
<ol style="list-style-type: none"> <li><u>Ocena dst</u>: Samodzielne wykonanie i przedstawienie przez Studenta prezentacji na podstawie prac z piśmiennictwa światowego z ostatnich 2 lat, dotyczących omawianych zagadnień—&gt; prezentacja musi zawierać wprowadzenie do omawianego tematu, cel, założenia, metody, materiały, wyniki i wnioski przedstawianych badań.</li> <li><u>Ocena dobra i bardzo dobra: zaliczenie pisemne</u>: testowe, składający się z 10 pytań- aby uzyskać zaliczenie na ocenę dobrą Student musi uzyskać 60-65% możliwych punktów do zdobycia, zaś na ocenę bardzo dobrą &gt; 70% możliwych punktów do zdobycia.</li> </ol>			
*Aby uzyskać zaliczenie przedmiotu na ocenę dostateczną, student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia*			
<b>Wymagania zaliczenia przedmiotu dla studentów ze statusem Indywidualnej Organizacji Studiów (w tym % wymaganej obecności na zajęciach):</b>			
Wymagania na zaliczenia ćwiczeń i wykładów jak wyżej. Wymagana obecności na zajęciach: 30% ogólnej liczby godzin.			
<b>Metody i formy realizacji zajęć ( przedmiotu):</b>		ćwiczenie dyskusyjne, zajęcia laboratoryjne, prezentacje multimedialne	
<b>Treści kształcenia:</b>			
<i>Ćwiczenia:</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>Uszkodzenie mięśni: 1. Uszkodzenie mięśni w warunkach fizjologii i patologii, 2. Zmiany strukturalne w obrębie uszkodzonych mięśni, 3. zmiany funkcji uszkodzonych mięśni, 4. sposoby weryfikacji uszkodzeń mięśni, 5. Przyczyny i mechanizmy odpowiedzialne za uszkodzenie mięśni,</li> <li>Regeneracja mięśni: 1. mechanizm regeneracji, 2 czynniki odpowiedzialne za inicjację i przeprowadzanie procesu regeneracji, 3. środki i sposoby wspomagające i potęgujące efekty regeneracji mięśni,</li> <li>Prewencja uszkodzeń mięśniowych: 1. trening prewencyjny, 2. Prewencja przetrenowania, 3. Wybrane sposoby prewencji uszkodzeń mięśniowych, 4. Sposoby monitorowania uszkodzeń mięśniowych</li> </ol>			
<b>Forma zaliczenia:</b>		Zaliczenie z oceną	
<b>Literatura:</b>			
<i>Podstawowa:</i>			
1. Murray R.K., Granner D.K., Mayes P.A., Rodwell V.W. (2004)			

*Biochemia Harpera*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.

2. Stryer L. (2007) *Biochemia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
3. Angielski S., Rogulski J. (1991) *Biochemia Kliniczna*. Warszawa: PZWL.
4. Bartosz G. (1995 lub 2006) *Druga Twarz Tlenu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
5. Viru A., Viru M. (2001) *Biochemical Monitoring of Sport Training*. Champaign, USA: Human Kinetics.

*Uzupełniająca:*

Artykuły naukowe związane z tematyką poszczególnych wykładów i ćwiczeń.

**Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):**

<i>Aktywność</i>	<i>Obciążenie studenta</i>	
	<i>stacjonarne</i>	<i>niestacjonarne</i>
Udział w wykładach	godz.	godz.
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów	godz.	godz.
Udział w ćwiczeniach	24 godz.	16 godz.
Przygotowanie się do ćwiczeń	30 godz.	38 godz.
Konsultacje	5 godz.	5 godz.
	<b>Całkowite obciążenie pracą studenta</b>	<b>59 godz.</b>
	<b>Punkty ECTS za zajęcia (przedmiot)</b>	<b>2 ECTS</b>

\*Typ zajęć (przedmiotu): *obligatoryjny / do wyboru*