

# KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2023/2024

## INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu PROMOCJA ZDROWIA OSÓB STARSZYCH / G

2. Nazwa kierunku FIZJOTERAPIA

3. Poziom studiów JEDNOLITE STUDIA MAGISTERSKIE

4. Liczba punktów ECTS 3

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
III	15	30				

6. Język wykładowy polski

7. Wykładowca Joanna Baj-Korpak, dr

## INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne

1. -

9. Cele przedmiotu

C1 Poznanie wiedzy nt.: procesu starzenia się i rozpoznawania czynników zagrożeń zdrowia osób starszych

C2 Poznanie metod, środków i zasad edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki zagrożeń zdrowia osób starszych

C3 Przygotowywanie i prowadzenie edukacji zdrowotnej programów promocji zdrowia i profilaktyki zagrożeń zdrowia osób starszych

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych\*

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do ogólnych efektów uczenia się

### WIEDZA

EU01 zna i rozumie czynniki decydujące o zdrowiu i zagrożeniu zdrowia osób starszych (B.W11) K\_W11

EU02 zna i rozumie zasady edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz elementy polityki społecznej dotyczącej ochrony zdrowia osób starszych (B.W12) K\_W11

### UMIEJĘTNOŚCI

EU03 umie organizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności osób starszych (B.U4) K\_U07

### KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU04 prezentuje postawę promującą zdrowy styl życia w trakcie działań przygotowujących do wykonywania zawodu K\_K3

11. Treści programowe

Forma zajęć – wykłady

W.1. Charakterystyka demograficzna, epidemiologiczna i społeczna dotycząca procesu starzenia się społeczeństwa.

W.2. Konsekwencje starzenia się społeczeństw: zdrowotno-medyczne, ekonomiczne, społeczne.

W.3. Opis procesu starzenia się (tory, cechy starzenia). Postawy wobec starości.

<p>W.4-6. Choroby występujące najczęściej w wieku podeszłym (Choroba Alzheimera, Choroba Parkinsona, Nadciśnienie tętnicze, Nowotwory, Cukrzyca, Choroby zwyrodnieniowe stawów, Osteoporoza, Depresja....)</p> <p>W.7. Potrzeby życiowe i zdrowotne osób starszych.</p> <p>W.8. Metody aktywizacji seniorów. Programy promocji zdrowia dla osób starszych.</p> <p>W.9. Wybrane problemy starości: przemoc wobec osób starszych, samotność, niepełnosprawność.</p> <p>W.10-11. Programy profilaktyki ryzyka zdrowia – fizjoprofilaktyka poprzez aktywność fizyczną.</p> <p>W.12-13. Problemy związane z okresem starości w nauce.</p> <p>W.14. Osoba starsza jako pacjent fizjoterapeuty.</p> <p>W.15. Zaliczenie przedmiotu</p>	
<p><b>Forma zajęć – ćwiczenia</b></p> <p>1. Przedstawienie celu ćwiczeń, podanie warunków zaliczenia przedmiotu.</p> <p>2. Charakterystyka demograficzna, epidemiologiczna i społeczna dotycząca procesu starzenia się społeczeństwa.</p> <p>3. Konsekwencje starzenia się społeczeństw: zdrowotno-medyczne, ekonomiczne, społeczne.</p> <p>4. Opis procesu starzenia się (tory, cechy starzenia). Postawy wobec starości.</p> <p>5-8. Choroby występujące najczęściej w wieku podeszłym (Choroba Alzheimera, Choroba Parkinsona, Nadciśnienie tętnicze, Nowotwory, Cukrzyca, Choroby zwyrodnieniowe stawów, Osteoporoza, Depresja....)</p> <p>9. Potrzeby życiowe i zdrowotne osób starszych. 10. Przedstawienie terminologii, metod, form i środków do realizacji ćwiczeń nt. osób starszych.</p> <p>11. Sporządzenie portretu osoby starszej z uwzględnieniem cech, zachowań i postaw społecznych.</p> <p>12. Stan zdrowia osób starszych w płaszczyznach: fizycznej, psychicznej, społecznej i duchowej.</p> <p>13. Rodzaje ryzyka zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego, duchowego osób starszych.</p> <p>14. Potrzeby życiowe i zdrowotne osób starszych.</p> <p>15. Choroby cywilizacyjne (społeczne i zawodowe) występujące najczęściej w podeszłym wieku.</p> <p>16. Znaczenie aktywności fizycznej w stylu życia osób starszych.</p> <p>17. Przykładowe zajęcia z osobami starszymi: ćwiczenia oddechowe, usprawniające, ergonomiczne, itd.</p> <p>18. Przygotowanie zajęć praktycznych przez studentów (2 osoby prowadzące) z edukacji zdrowotnej, profilaktyki, programu zdrowotnego osób starszych.</p> <p>19-29. Prowadzenie zajęć przygotowanych przez studentów</p> <p>30. Podsumowanie i wystawienie oceny semestralnej z ćwiczeń.</p>	
<b>12. Narzędzia/metody dydaktyczne</b>	
1. Pogadanka, prelekcja, dyskusja	
2. Metody aktywizujące: burza mózgów, praca w grupach, poster, metaplan, projekt	
3. Prezentacja multimedialna, zdjęcia, postery, artykuły naukowe	
<b>13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe )</b>	
1. Obecność na ćwiczeniach	
2. Systematyczna aktywność	
3. Przygotowanie konspektu i realizacja zajęć własnych	
4. Wystawienie oceny końcowej - semestralnej	
<b>14. Obciążenie pracą studenta</b>	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	51
2. Nakład pracy studenta	24
suma	75
liczba punktów ECTS	3
<b>15. Literatura</b>	
Literatura podstawowa:	
1. Osiński W. Gerokinezyjologia. Nauka i praktyka AF w wieku starszym. PZWL, Warszawa, 2016.	

2. Dąbrowski Z., Marchewka A., Żołądź J.A. Fizjologia starzenia się Profilaktyka Rehabilitacja. PWN, Warszawa, 2020.
Literatura uzupełniająca:
1. Cybulski M. Kułak-Krajewska E. Opieka nad osobami starszymi. PZWL, Warszawa, 2016.
2. Artykuły naukowe nt. osób starszych, starzenia się
<b>16. Formy oceny – szczegóły</b>
Pozytywną ocenę z wykładów i ćwiczeń Student uzyskuje za obecność na zajęciach - aktywne uczestniczenie, przygotowanie konspektu zajęć, przeprowadzenie zajęć własnych (z edukacji zdrowotnej, profilaktyki zagrożeń zdrowia, promocji zdrowia osób starszych).
<b>17. Inne przydatne informacje o przedmiocie</b>
1. Szczegółowych informacji o tematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2. Zajęcia odbywają się w Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, wykłady - możliwa realizacja online
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem

\* - w nawiasach zamieszczono odniesienie do szczegółowych efektów uczenia się w zakresie wiedzy i umiejętności - Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dn. 26 lipca 2019 r. w sprawie standardu kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty (Dz. U. z 2021 r. poz. 755 t.j.)