

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015

Wydział Rehabilitacji Ruchowej

Kierunek studiów: Fizjoterapia studia magisterskie II stopnia

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 722

Stopień studiów: II

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Metody specjalne fizjoterapii: wybrane metody fizjoterapeutyczne
KOD PRZEDMIOTU	RR722 ASA29
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty obowiązkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	2

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA KLINICZNE
2	14	0	28	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Opanowanie umiejętności wyjaśnienia pacjentowi znaczenia profilaktyki i leczenia dolegliwości bólowych kręgosłupa o podłożu mechanicznym na podstawie metody biomechanicznego diagnozowania i terapii Robina McKenziego i założeń szkoły pleców.
- Cel2 Opanowanie umiejętności prowadzenia ćwiczeń opartych na ruchu czynnym u pacjentów z zespołem bólowym kręgosłupa zgodnie z założeniami szkoły pleców.
- Cel3 Opanowanie umiejętności praktycznego zastosowania technik odruchowych w leczeniu bólu mięśniowo - powięziowego i terapii punktów spustowych.
- Cel4 Opanowanie umiejętności praktycznego zastosowania metody plastrowania dynamicznego (kinesiotaping) w terapii wybranych zaburzeń narządu ruchu.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Znajomość anatomii funkcjonalnej ze szczególnym uwzględnieniem układu kostno stawowego, mięśniowego i nerwowego Znajomość mechanizmów regulacji napięcia mięśniowego (mechanizmy torowania i hamowania) Znajomość rodzajów pracy mięśniowej, rodzajów skurczów i synergizmów mięśniowych Znajomość podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny pracy ze szczególnym uwzględnieniem pracowni kinezyterapii.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Ma pogłębiłą wiedzę w zakresie wybranych zaburzeń i zmian chorobowych u pacjentów w różnym wieku oraz zasad stosowania specjalistycznych metod usprawniania
- EK2 Wiedza: Potrafi ocenić stan funkcjonalny pacjenta potrzebny do programowania i kontrolowania procesu fizjoterapii
- EK3 Wiedza: Umie wykonać techniki lub elementy technik wchodzących w skład specjalnych metod fizjoterapii

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Znaczenie metod i koncepcji fizjoterapeutycznych w pracy fizjoterapeuty.	2
W2	Podstawy historyczne i założenia metodologiczne metody MDT R. McKenzie	2
W3	Charakterystyka zespołów bólowych kręgosłupa o podłożu mechanicznym.	2
W4	Ogólna charakterystyka i znaczenie technik odruchowych w redukcji bólu.	2
W5	Podstawy terapii punktów spustowych i łańcuchów mięśniowo - powięziowych.	2
W6	Podstawy metodyczne i sposoby zastosowania metody plastrowania dynamicznego (kinesiotaping) w wybranych zaburzeniach narządu ruchu.	2
W7	Założenia profilaktyki i zasad szkoły pleców w przeciwdziałaniu występowania chronicznych stanów bólowych kręgosłupa.	2
	RAZEM	14

SEMINARIUM

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
S1	Biomechanika odcinka lędźwiowego. Epidemiologia, naturalny przebieg i koszty leczenia zespołów bólowych kręgosłupa lędźwiowego (zbnl). Czynniki ryzyka, prognostyczne i mechaniczne zbnl. Charakterystyka zespołu zaburzeń strukturalnych. Poprzednia klasyfikacja metody McKenziego. Klasyfikacja QTF. Dyskowy Model Dynamiczny. Charakterystyka zespołu dysfunkcyjnego i posturalnego. Podstawowe zasady leczenia trzech zespołów pochodzenia mechanicznego według metody McKenziego. Klasyfikacja procedur terapeutycznych zgodnie z progresją siły mechanicznej.	4
S2	Anatomiczne i biomechaniczne aspekty odcinka szyjnego. Zmiany zwyrodnieniowe odcinka szyjnego. Epidemiologia, naturalny przebieg i koszty leczenia zespołów bólowych kręgosłupa szyjnego (zbnsh). Czynniki ryzyka, prognostyczne i mechaniczne zbnsh. Charakterystyka szyjnych zespołów zaburzeń strukturalnych. Poprzednia klasyfikacja metody McKenziego oraz Klasyfikacja QTF zbnsh. Charakterystyka szyjnych zespołów dysfunkcyjnego i posturalnego. Podstawowe zasady leczenia trzech szyjnych zespołów mechanicznego pochodzenia według metody McKenziego. Klasyfikacja procedur terapeutycznych zgodnie z progresją siły mechanicznej.	4
S3	Anatomiczne i biomechaniczne aspekty odcinka piersiowego. Zmiany zwyrodnieniowe. Charakterystyka zespołu zaburzeń strukturalnych odcinka piersiowego. Klasyfikacja zespołów bólowych odcinka piersiowego. Charakterystyka zespołów dysfunkcyjnego i posturalnego. Podstawowe zasady leczenia trzech zespołów mechanicznego pochodzenia odcinka piersiowego według metody McKenziego. Klasyfikacja procedur terapeutycznych zgodnie z progresją siły mechanicznej. Omówienie karty badań metody McKenziego. Różnicowanie źródła pochodzenia dolegliwości występujących w kończynach. Rozpoznawanie czerwonych flag.	4
S4	Terapia tkanek miękkich. Techniki redukcji nadmiernej wrażliwości bólowej punktów spustowych w obrębie kończyn górnych i górnej części tułowia (górny kwadrant). Znaczenia technik odruchowych w redukcji bólu. Opanowanie umiejętności lokalizowania manualnego i terapii punktów spustowych w wybranych mięśniach kończyny górnej i górnej części tułowia. Definicje i patofizjologia punktów spustowych. Wskazania, przeciwwskazania i środki ostrożności.	4
S5	Terapia tkanek miękkich. Techniki redukcji nadmiernej wrażliwości bólowej punktów spustowych w obrębie kończyn dolnych i dolnej części tułowia (dolny kwadrant). Dobór optymalnej techniki leczenia punktów spustowych. Neurofizjologiczne podstawy stymulacji mechanoreceptorów i proprioceptorów.	4
S6	Plastrowanie dynamiczne - Kinesiotaping w wybranych zaburzeniach narządu ruchu. Zastosowania praktyczne taśmy elastycznej (dynamicznej) kinesiotape w obrębie tułowia i kończyn. Działanie taśmy na układ mięśniowo - szkieletowy. Przeciwbólowe i segmentarne oddziaływanie taśmy. Wpływ aplikacji taśmy na ukrwienie tkanki. Wskazania, przeciwwskazania, środki ostrożności w stosowaniu taśmy kinesiotape. Prezentacje technik: powięziowej, limfatycznej, funkcjonalnej w celu relaksacji i stymulowania mięśni. Prezentacja technik korekcyjnych i więzadłowych.	4
S7	Cele, programy i gimnastyka funkcjonalna w ramach zasad szkoły pleców. Znaczenie mechanizmu brzuszego dla stabilizacji i ruchomości kręgosłupa lędźwiowego. Analiza czynnościowa mięśni przepony, krótkich mięśni grzbietu, dna miednicy, lędźwiowych. Analiza postawy ciała. Wpływ strategii adaptacyjnych na postawę ciała. Koncepcja V. Jandy. Zalecane aktywności ruchowe w profilaktyce dolegliwości bólowych kręgosłupa. Rady na co dzień, czyli jak siedzieć, stać, chodzić i pracować. Zasady stretchingu wybranych łańcuchów mięśniowo - powięziowych. Zasada stopniowania trudności ćwiczeń na przykładzie "mostka"	4
	RAZEM	28



7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Praca w grupach
- M2 Studium przypadku
- M3 Sesje rozwiązywania problemu
- M4 Wykłady
- M5 Prezentacje multimedialne

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	42
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	6
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	2
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Odpowiedź ustna
F2	Aktywność na zajęciach

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Zaliczenie pisemne
----	--------------------

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	ma podstawową wiedzę w zakresie zaburzeń układu ruchu o podłożu mechanicznym.
NA OCENĘ 4	ma pogłębioną wiedzę w zakresie zaburzeń układu ruchu o podłożu mechanicznym.
NA OCENĘ 5	ma pogłębioną wiedzę w zakresie zaburzeń układu ruchu o podłożu mechanicznym, potrafi samodzielnie poszukiwać czynnika wywołującego i utrwalającego wystąpienie dolegliwości ze strony narządu ruchu.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Potrafi ocenić stan funkcjonalny pacjenta za pomocą technik poznanych metod fizjoterapii.
NA OCENĘ 4	Potrafi ocenić stan funkcjonalny pacjenta za pomocą technik poznanych metod fizjoterapii. Potrafi monitorować i dokumentować przebieg procesu fizjoterapii.

NA OCENĘ 5	Potrafi ocenić stan funkcjonalny pacjenta za pomocą technik poznanych metod fizjoterapii. Potrafi monitorować i dokumentować przebieg procesu fizjoterapii. Potrafi krytycznie ocenić poznane techniki i sposoby oceny, wykazując ich braki i uwarunkowania.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Umie wykonać podstawowe techniki wchodzące w skład poznanych metod fizjoterapii.
NA OCENĘ 4	Umie wykonać i potrafi dobrać do potrzeb czynnościowych pacjenta podstawowe techniki wchodzące w skład poznanych metod fizjoterapii.
NA OCENĘ 5	Umie wykonać i potrafi dobrać do potrzeb czynnościowych pacjenta podstawowe techniki wchodzące w skład poznanych metod fizjoterapii. Potrafi wskazać błędy i czynniki niepowodzenia w stosowaniu technik poznanych metod fizjoterapii.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W06, K_U03, K_U08, K_U09, K_K03	Cel1 Cel2 Cel3	W1 W2 W3 W4 W5 S1 S2 S3 S4 S5 S6	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 P1
EK2	K_W06, K_U03, K_U08, K_U09, K_K03	Cel1 Cel2 Cel3	W1 W2 W3 W4 W5 S1 S2 S3 S4 S5 S6	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 P1
EK3	K_W06, K_U03, K_U08, K_U09, K_U21, K_K03	Cel1 Cel2 Cel3	W1 W2 W3 W4 W5 S1 S2 S3 S4 S5 S6	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Adams M., Bogduk N., Burton K., Dolan P. — *Biomechanika bólu kręgosłupa.*, Warszawa, 2010, DB Publishing
- 2 Petty N.J. — *Badanie i ocena narządu ruchu - podręcznik dla fizjoterapeuty*, Wrocław, 2010, Elsevier Urban & Partner
- 3 McKenzie R., May S. — *Kręgosłup lędźwiowy. Mechaniczne diagnozowanie i terapia. Tom 1 i 2.*, Poznań, 2011, wydawnictwo FORUM
- 4 Richter P., Hebgen E. — *Punkty spustowe i łańcuchy mięśniowo powięziowe w osteopatii i terapii manualnej*, Łódź, 2010, Wydawnictwo Galaktyka
- 5 Manheim C.J. — *Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe*, Poznań, 2011, Wydawnictwo WSEiT
- 6 Shacklock M. — *Neurodynamika kliniczna*, Wrocław, 2008, Elsevier Urban & Partner
- 7 Kempf H.D — *Ćwiczenia kręgosłupa. jak siedzieć, jak chodzić, jak stać*, Warszawa, 2006, Oficyna wydawnicza Interspar
- 8 Chaitow L. Fritz S. — *Masaż leczniczy. Badanie i leczenie mięśniowo -powięziowych punktów spustowych.*, Wrocław, 2010, Elsevier Urban & Partner
- 9 Chaitow L. — *Techniki rozluźniania pozycyjnego*, Wrocław, 2011, Elsevier Urban & Partner



LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Tuz J., Stengert T.** — *Badanie i leczenie pacjenta z zespołem bólowym odcinka lędźwiowego kręgosłupa metoda McKenziego. Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja 2010; 2:30-32*, Poznań, 2010, FORUM
- 2 **Tomczakowski R., Stengert T.** — *. Biomechaniczne diagnozowanie metodą McKenziego. Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja 2010;2:11-24.*, Poznań, 2010, F
- 3 **Stengert T.** — *Diagnostyka i leczenie zespołów bólowych kręgosłupa i kończyn metodą McKenziego. Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja 2010;1:42-45.*, Poznań, 2010, Forum

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Mariusz Janusz (kontakt: rehabilitacja@rehabilitacja.net.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Grażyna Guzy

dr Mariusz Janusz (kontakt: rehabilitacja@rehabilitacja.net.pl)

dr Edyta Mikołajczyk

dr Agata Milert

dr Tomasz Ridan

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....
.....
.....