



**OLSZTYŃSKA SZKOŁA WYŻSZA**  
**Wydział Nauk o Zdrowiu**

<b>PRZEDMIOT: Podstawy adaptowanej aktywności fizycznej</b>		<b>PUNKTY ECTS 3</b>
<b>KIERUNEK: Wychowanie fizyczne</b>		
<b>SPECJALNOŚĆ: -</b>		<b>STATUS PRZEDMIOTU</b> obligatoryjny
<b>FORMA STUDIÓW: niestacjonarne</b>		<b>GRUPA PRZEDMIOTÓW</b> B
<b>POZIOM KSZTAŁCENIA: studia drugiego stopnia</b>		
<b>ROK/SEMESTR: II/3</b>		<b>PROFIL KSZTAŁCENIA</b> praktyczny
<b>Wykłady – liczba godzin</b> 10	<b>Ćwiczenia – liczba godzin</b> 15	<b>Wymagania wstępne/ zaliczenie przedmiotów poprzedzających: dydaktyka ogólna, dydaktyka wychowania fizycznego</b>
<b>Język wykładowy</b>	<b>Forma zaliczenia</b> egzamin	
polski		

**I. Jednostka organizacyjna:** Wydział Nauk o Zdrowiu

**II. Cele i zadania przedmiotu:**

Zapoznanie studentów z:

- teorią adaptowanej aktywności fizycznej,
- specyfiką prowadzenia zajęć adaptowanej aktywności fizycznej przeznaczonych dla osób ze specjalnymi potrzebami,
- najnowszymi tendencjami adaptowanej aktywności fizycznej oraz poznanie specyficznych adaptacji podczas zajęć z osobami ze specjalnymi potrzebami.

**III. Forma zajęć:**

wykład kursowy (Wk), warsztaty (W)

**IV. Treści programowe:**

Nr	Temat wykładu
Wk1	Wprowadzenie do Adaptowanej Aktywności Fizycznej (APA). Początki APA. Sposoby podejścia do osób z niepełnosprawnością - definicje APA.
Wk2	Rekreacja terapeutyczna – podstawowe pojęcia, tendencje, proces działania.
Wk3	Osoby z uszkodzeniami narządu ruchu - system aktywnej rehabilitacji. Przykłady dobrego działania w obszarze APA.
Wk4	Specyfika prowadzenia zajęć aktywności ruchowej z osobami z porażeniem mózgowym. Nauczanie pływania osób ze schorzeniami narządu ruchu – metoda Halliwick.
Wk5	Specyfika szkolenia sportowego osób z niepełnosprawnością intelektualną - program MATP oraz program sportów zunifikowanych Olimpiad Specjalnych.
Nr	Temat ćwiczenia

W1	Specyfika prowadzenia zajęć z adaptowanej aktywności fizycznej z osobami z dysfunkcją słuchu i wzroku. Kształtowanie zdolności motorycznych (trening stacyjny) dla osób z dysfunkcją wzroku i słuchu.
W2	Żeglarstwo i sporty wodne w aktywności fizycznej osób niepełnosprawnych.
W3	Trening zdrowotny – specyfika aktywności fizycznej osób niepełnosprawnych.
W4	Hipoterapia jako forma aktywności fizycznej osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności.
W5	Adaptowana aktywność fizyczna a choroby cywilizacyjne.
W6	Turystyka i rekreacja osób z niepełnosprawnościami przykłady dobrych praktyk. Savoir vivre wobec osób niepełnosprawnych.
W7	Zajęcia prozdrowotne dla osób starszych - przykłady dobrych praktyk.
W8	Przykłady zajęć integracyjnych dla dzieci w wieku szkolnym (osoby pełnosprawne, niewidome i niedosłyszące) - elementy gier i zabaw.
W9	Aktywność fizyczna osób z dysfunkcją narządu ruchu. Specyfika zajęć aktywności fizycznej z osobami z uszkodzeniem rdzenia kręgowego.
W10	Kształtowanie zdolności motorycznych wśród osób z dysfunkcjami narządu ruchu z wykorzystaniem przyborów.

## V. Literatura

### Literatura podstawowa:

1. Kosmol A. (red.) Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych. AWF Warszawa. 2008
2. Morgulec-Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. (red.) Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów. PZWL. 2014
3. Kowalik S. (red.). Studia z dostosowanej aktywności fizycznej. Kultura fizyczna dla osób niepełnosprawnych. AWF Poznań, 2012.

### Literatura uzupełniająca:

1. Kowalik S. (red.). Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. GWP, Gdańsk. 2009
2. Molik B., Morgulec-Adamowicz. N., Kosmol A. Gry sportowe osób niepełnosprawnych. Koszykówka na wózkach i rugby na wózkach. AWF Warszawa. 2008
3. Rutkowska I., Kosmol A.. Sprawność i aktywność fizyczna osób niewidomych. Wyniki badań i zastosowania praktyczne, Studia i Monografie nr 134, AWF, Warszawa. 2010

## VI. Efekty uczenia się:

Efekt uczenia się:	Nr efektu	Student, który zaliczył przedmiot:	Odniesienie do efektów kierunkowych
w zakresie wiedzy	01	Zna objawy i przyczyny wybranych zaburzeń i zmian chorobowych z zakresu różnych form niepełnosprawności.	K_W02
	02	Zna i rozumie specyfikę prowadzenia zajęć ruchowych z osobami sprawnymi i niepełnosprawnymi w grupie młodzieży i dorosłych oraz z osobami o specjalnych potrzebach edukacyjnych	K_W06
w zakresie umiejętności	03	potrafi zorganizować zgodnie z przepisami i bezpiecznie przeprowadzić zajęcia ruchowe w grupach dysfunkcyjnych i integracyjnych	K_U11
	04	potrafi indywidualizować zadania oraz dostosowywać metody i treści do potrzeb, możliwości odbiorców w różnym wieku, w tym osób ze specjalnymi potrzebami	K_U10
	05	umie oceniać prawidłowość doboru programów ćwiczeń i obciążeń w zależności od sprawności fizycznej i wieku osób ćwiczących	K_U04

w zakresie kompetencji społecznych	06	Posiada tolerancję wobec braków i niedoskonałości w sprawności fizycznej	K_K12
------------------------------------	----	--	-------

**VII. Sposoby oceny (F- formująca, P – podsumowująca):**

F5 – udział w dyskusji

P1 – test pisemny

**VIII. Sposób weryfikacji efektów uczenia się**

Nr efektu	Formy zajęć	Sposób oceny
01	Wk1 – Wk5	P1
02	Wk1 – Wk5	P1
03	Wk1 – Wk5, W1-W10	F5, P1
04	Wk1 – Wk5, W1-W10	F5, P1
05	Wk1 – Wk5, W1-W10	F5, P1
06	Wk1 – Wk5, W1-W10	F5, P1

**IX. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów w punktach ECTS:**

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:
    - udział w wykładach 10 h
    - udział w ćwiczeniach 15 h
    - RAZEM: 25 h
  2. Samodzielna praca studenta
    - przygotowanie do egzaminu 35 h
    - Przygotowanie do dyskusji, studiowanie literatury 15 h
    - RAZEM: 50 h
- godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta OGÓŁEM: 75 h
- 1 punkt ECTS = 25h pracy przeciętnego studenta, liczba punktów ECTS = 3

**X. Prowadzący zajęcia: prof. dr hab. Bartosz Molik, dr Grzegorz Prokopowicz**