

Kod przedmiotu

Kierunek

Wszystkie

Specjalność

Wszystkie

Typ przedmiotu

Fakultet ogólny

Wymagania wstępne

Ergonomia pracy w zawodzie muzyka, profilaktyka prawidłowej postawy, ćwiczenia „Zdrowy kręgosłup”.

Wymagania końcowe

Podstawowe wiadomości w zakresie anatomii, biomechaniki i patomechaniki narządu ruchu, poprawa ogólnej sprawności fizycznej, ukształtowanie prawidłowych nawyków postawy, utrzymanie, przywracanie, zapobieganie, integracja ogólnej sprawności fizycznej potrzebnej do wykonywania zawodu muzyka.

Cele kształcenia

Cele ogólne

Trwałość

Kompleksowość

Dostępność

Powszechność

Cele szczegółowe

Zdobycie podstawowych informacji w zakresie anatomii, fizjologii, biomechaniki i patomechaniki narządu ruchu.

Kształtowanie i wyrabianie nawyków prawidłowej postawy w wyniku edukacji terapeutycznej i ćwiczeń „Zdrowy kręgosłup”.

Równomierny rozwój cech motorycznych

Ćwiczenia ogólnorozwojowe ukierunkowane na poprawę stabilizacji biernej i czynnej kręgosłupa.

Ćwiczenia ogólnorozwojowe mające na celu utrzymać i rozwijać prawidłową równowagę nerwowo-mięśniową.

Ćwiczenia ogólnorozwojowe poprawiające koordynację i równowagę.

Ćwiczenia kierunkowe likwidujące różnice w napięciach mięśniowych i sile mięśniowej.

Kształtowanie prawidłowej postawy w zawodzie muzyka i w życiu codziennym.

Kształtowanie profesjonalnej postawy muzyka.

Nauka prawidłowej pracy (ergonomia pracy) z instrumentem.

Zdobycie podstawowej wiedzy do prowadzenia edukacji w zakresie profilaktyki społecznej w celu zapobiegania skutkom złej postawy i braku ruchu.

Treści programowe nauczania

Kształtowanie cech motorycznych warunkujących prawidłowe funkcjonowanie narządu ruchu.

Nauka autokorekcji postawy w różnych pozycjach pracy muzyka.

Nauka prawidłowego stania, siedzenia, wstawania i siadania.

Nauka połączona z integracją zdobytych wiadomości.

Zdobycie podstawowych informacji na temat profilaktyki narządu ruchu.

Efekty kształcenia (uczenia się) po ukończeniu przedmiotu

- w zakresie wiedzy

- Nabywa wiedzę w zakresie rehabilitacji, anatomii, biomechaniki, patomechaniki i ergonomii pracy.
- Student nabywa wiedzę dotyczącą profesjonalnej postawy w zawodzie muzyka.

- w zakresie umiejętności

- Zdobywa wiedzę i umiejętności w zakresie profilaktyki dotyczącej narządu ruchu.
- Posiada podstawowe umiejętności w zakresie ćwiczeń fizycznych kształtujących prawidłową postawę i utrzymujących, zwiększających fizjologiczne zakresy ruchów w stawach narządu ruchu.
- Student posiada dobre nawyki dotyczące techniki i postawy, umożliwiające operowanie ciałem w sposób najbardziej wydajny i bezpieczny (z punktu widzenia fizjologii) (A1_U06).

Metody nauczania

Ćwiczenia, prezentacja, dyskusja.

Podające: naśladowcza, ścisła, programowego uczenia się i usprawniania.

Poszukujące: bezpośredniej celowości ruchu

Ekspresyjne: ruchowej ekspresji twórczej.

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów uczenia się

ROK	Na dowolnym roku	
SEMESTR	1	2
Punkty ECTS	2	2
Ilość godzin w semestrze	30	30
Rodzaj zaliczenia	zal	zal
LEGENDA	zal – zaliczony; zs – zaliczenie ze stopniem; egz – egzamin; ed – egzamin dyplomowy	

Kryteria oceny

Umiejętność badania narządu ruchu dla potrzeb fizjoterapii.

Stopień wiedzy teoretycznej zrealizowanego materiału.

Prawidłowe wykonanie ćwiczeń ruchowych.

Literatura (piśmiennictwo)

Wiktor Dega, *Ortopedia i rehabilitacja*, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, wyd. I, 2008.

Biomechanika Kliniczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL rok wydania 2004.

Rehabilitacja Medyczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, seria wydawnicza AWF, 2012.

Język wykładowy

Polski

Imię i nazwisko wykładowcy

dr Piotr Kejna