

**Przedmiot: PŁYWANIE TERAPEUTYCZNE**

**I. Informacje ogólne**

<b>Jednostka organizacyjna</b>	Wydział Rehabilitacji KATEDRA NAUCZANIA RUCHU Kierownik: dr hab. Bartosz Molik Prof. AWF
<b>Nazwa przedmiotu</b>	<b>PŁYWANIE TERAPEUTYCZNE</b>
<b>Kod przedmiotu</b>	<b>FI-23</b>
<b>Język wykładowy</b>	Polski
<b>Rodzaj przedmiotu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)</b>	Obowiązkowy
<b>Poziom (np. pierwszego lub drugiego stopnia)</b>	I stopnia
<b>Rok studiów</b>	I, II
<b>Semestr (zimowy, letni)</b>	2, 3
<b>Liczba punktów ECTS</b>	2,5
<b>Imiona i nazwiska tytuł/ stopień naukowy, adres e-mailowy wykładowców prowadzących zajęcia</b>	dr Anna Ogonowska-Słodownik <a href="mailto:anna.ogonowskaslodownik@awf.edu.pl">anna.ogonowskaslodownik@awf.edu.pl</a> mgr Ewa Łukaszewicz <a href="mailto:ewa.lukaszewicz@yahoo.pl">ewa.lukaszewicz@yahoo.pl</a>
<b>Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot</b>	Fizjoterapia
<b>Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)</b>	Stacjonarny
<b>Wymaganie wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji oraz dodatkowe</b>	Student potrafi samodzielnie przepłynąć dystans 50 m

## Informacje szczegółowe

### Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studenta ze specyfiką prowadzenia zajęć w wodzie z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności
C2	Zdobycie przez studenta umiejętności wykorzystania właściwości środowiska wodnego w procesie usprawniania i rehabilitacji
C3	Przygotowanie studenta do wykorzystywania form gier, zabaw i ćwiczeń w terapii w wodzie niezbędnych do przywrócenia, utrzymania i rozwoju możliwości funkcjonalnych organizmu

### Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu

Efekt kształcenia kierunkowy	Treść efektu kształcenia dla przedmiotu	Odniesienie do celów	Odniesienie do efektów obszarowych
<b>Wiedza</b>			
K_W14 ma wiedzę w zakresie doboru różnych form aktywności dla osób ze specjalnymi potrzebami	<p>1. Przedstawia podstawowe cele i zadania, metody i środki w nauczaniu czynności ruchowych w wodzie.</p> <p>2. Posiada wiedzę na temat doboru różnych form aktywności fizycznej w wodzie dla osób z dysfunkcją narządu ruchu, niepełnosprawnych intelektualnie, niewidomych i słabowidzących.</p>	C1, C2, C3	M1P_W05, M1P_W06
K_W16 ma wiedzę z zakresu kinezylogicznych zasad opisujących czynności i kontrolę ruchów prostych oraz złożonych w różnych warunkach, a także procesu ich uczenia, zna formy ćwiczeń i posiada ich odpowiedni zasób aby realizować zadania lecznicze, korekcyjne i profilaktyczne	<p>1. Definiuje miejsce ćwiczeń w wodzie oraz ich rolę w aktywności fizycznej osób z niepełnosprawnością.</p> <p>2. Daje przykłady niepełnosprawności, które są wskazaniem lub przeciwwskazaniem do terapii w wodzie.</p> <p>3. Zna podstawowe metody terapii w wodzie.</p>	C1, C3	M1P_W01, M1P_W05 M1P_W07
<b>Umiejętności</b>			
KU_15 posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu	<p>1. Posiada podstawowy poziom sprawności fizycznej specjalnej potrzebnej do prowadzenia zajęć w wodzie</p> <p>2. Posiada podstawowe umiejętności związane ze</p>	C2	M1P_U11

wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych, zdrowotnych, sportowych i estetycznych)	specyfiką prowadzenia terapii w wodzie.		
KU_16 potrafi planować i kontrolować oraz prowadzić proces nauczania i uczenia się ruchów z uwzględnieniem aspektów rozwojowych i metodyki nauczania ruchu z wykorzystaniem fachowego nazewnictwa ćwiczeń dla osób z różnymi możliwościami funkcjonalnymi	1. Potrafi wykorzystywać podstawowe umiejętności techniczne w procesie nauczania i doskonalenia pływania osób z niepełnosprawnością.  2. Potrafi zaproponować wybrane formy aktywności w wodzie dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności	C3	M1P_U10, M1P_U11
<b>Kompetencje społeczne</b>			
KK_07 potrafi pracować w zespole i przyjmować odpowiedzialność za udział w decyzjach	1. Potrafi uczestniczyć w zajęciach w wodzie przeznaczonych dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności.  2. Potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocję zdrowia.  3. Potrafi realizować zadania stosując zasady bezpieczeństwa.	C1,C3	M1P_K05, M1P_K06,

#### Treści programowe

Treści programowe	Tytuł wykładu	Odniesienie do efektów kształcenia kierunkowych /przedmiotowych	Odniesienie do celów przedmiotu
<b>ĆWICZENIA/ ZAJĘCIA PRAKTYCZNE</b>			
TP1	Nauczanie pływania osób niepełnosprawnych: specyfika i zasady prowadzenia zajęć w wodzie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP2	Nauczanie pływania osób niepełnosprawnych: ćwiczenia oswajające z wodą, gry i zabawy w wodzie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3

TP3	Nauczanie pływania osób niepełnosprawnych: ćwiczenia do kraula na grzbiecie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP4	Nauczanie pływania osób niepełnosprawnych: ćwiczenia do kraula na piersiach.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP5	Nauczanie pływania osób niepełnosprawnych: ćwiczenia do stylu klasycznego.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP6	Podstawowe informacje na temat ćwiczeń w wodzie – teoria.	KW_14/1-2; KW_16/1	C1, C2,C3
TP7	Podstawowe ćwiczenia kończyn górnych w wodzie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP8	Podstawowe ćwiczenia kończyn dolnych w wodzie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP9	Podstawowe ćwiczenia tułowia w wodzie.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP10	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (1).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP11	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (2).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP12	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (3).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP13	Obwód stacyjny.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3
TP14	Ćwiczenia w wodzie dla osób starszych.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP15	Ćwiczenia w wodzie dla osób otyłych.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP16	Ćwiczenia w wodzie dla kobiet w ciąży.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP17	Ćwiczenia w wodzie dla osób ze zmianami zwyrodnieniowymi.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP18	Ćwiczenia dla osób z bólem odcinka lędźwiowego w wodzie głębokiej.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP19	Ćwiczenia dla osób z bólem odcinka lędźwiowego w wodzie płytkiej.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP20	Ćwiczenia w wodzie dla osób po endoprotezoplastyce stawu biodrowego.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2,C3
TP21	Ćwiczenia w wodzie dla osób po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego (ACL).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2,C3

		KK_07/1-3	
TP22	Pływanie korekcyjne.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2	C1, C2, C3
TP23	Specyfika prowadzenia zajęć w wodzie z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności (osoby niesłyszące).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP24	Specyfika prowadzenia zajęć w wodzie z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności (osoby niewidome).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP25	Specyfika prowadzenia zajęć w wodzie z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności (osoby po amputacji kończyn).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP26	Specyfika prowadzenia zajęć w wodzie z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności (osoby po urazie rdzenia kręgowego).	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP27	Doskonalenie umiejętności w zakresie ćwiczeń w wodzie oraz pływania osób z niepełnosprawnością	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP28	Zaliczenie teoretyczne.	KW_14/1-2; KW_16/1	C1, C2, C3
TP29	Zaliczenie praktyczne.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP30	Ćwiczenia w wodzie oraz pływanie osób z niepełnosprawnością – utrwalenie wiadomości.	KW_14/1-2; KW_16/1 KU_15/1; KU_16/1-2 KK_07/1-3	C1, C2, C3
TP31	Wprowadzenie do wybranych metod terapii w wodzie, omówienie warunków zaliczenia przedmiotu.	KW_16/2-3; KU_15/1-2	C1, C2, C3
TP32	Metody terapii w wodzie -teoria (1).	KW_16/2-3	C1, C2, C3
TP33	Metody terapii w wodzie - teoria (2).	KW_16/2-3	C1, C2, C3
TP34	Koncepcja Halliwick (1).	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP35	Koncepcja Halliwick (2).	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP36	Prewencja upadków.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP37	PNF w wodzie.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP38	WOTA 1.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP39	WOTA 2.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3

TP40	Bad Ragaz Ring Method.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP41	Integracja sensoryczna.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP42	Metody oceny intensywności ćwiczeń w wodzie.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP43	Ai Chi.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP44	Zaliczenie praktyczne.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3
TP45	Doskonalenie umiejętności w zakresie poznanych metod terapii w wodzie.	KW_16/2-3; KU_15/1-2 KK_07/1,3	C1, C2, C3

### Planowane formy/działania/metody dydaktyczne

Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów kształcenia kierunkowych/ przedmiotowych
TP1 - TP45	pokaz, pokaz czynności, pokaz z objaśnieniem, instruktaż, ćwiczenia utrwalające, ćwiczenia przedmiotowe	KW14/1-2 KW_16/1-3 KU_15/1-2 KU16/1-2 KK_07/1-3
TP6, TP32-TP33	wykład problemowy, pogadanka, wyjaśnienie, dyskusja	KW_16/2-3

#### Środki dydaktyczne:

Pływalnia  
Przybory stosowane w terapii  
Podręczniki, skrypty, monografie  
Prezentacje filmowe

### Metody i kryteria oceniania

Efekt kształcenia dla przedmiotu	Treści programowe (TP)	Typy/ Metody oceniania D – ocenianie diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące * lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
KW_14/1-2 KW_16/1 KU_15/1 KU_16/1-2 KK_07/1-3	TP1-TP30	Zaliczenie praktyczne (ćwiczenia w wodzie, pływanie osób z różnymi niepełnosprawnościami)
KW_16/2-3 KU_15/1-2 KK_07/1,3	TP31-TP44	Zaliczenie praktyczne (metody terapii w wodzie)

KW_14/1-2 KW_16/1-3	TP1-TP30	Egzamin testowy - wybrane treści realizowane podczas ćwiczeń - test z pytaniami zamkniętymi (jednokrotnego wyboru)
------------------------	----------	--

\*D – ocena przypadku, rozpoznanie , F – sprawdzian pisemny, dyskusja, obserwacja, P - egzamin pisemny lub wybór z załączonej walidacji wyników.

#### Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe

##### Literatura obowiązkowa:

1. Całka-Piotrowska E. Aquaerobik – optymalna forma treningu zdrowotnego. W: Klukowski K (red.). Medycyna Sportowa. Biblioteka Medical Tribune 2010; 77-80.
2. Falkenberg Andersen S. Podstawowe informacje na temat terapii w wodzie. Rehabilitacja Medyczna 2002; 6(4): 70-76.
3. Nonn-Wasztan S. Zdrowie kobiety i mężczyzny w aspekcie metod rehabilitacji w wodzie. Nowiny Lekarskie 2012; 81(4): 404-411.
4. Nowotny J. (red.) Podstawy fizjoterapii cz.III. Wydawnictwo Kasper, Kraków, 2005, 402-408.
5. Ogonowska-Słodownik A. Rola rehabilitacji w wodzie w zespole bólowym dolnego odcinka kręgosłupa. Rehabilitacja w praktyce 2016; 2: 40-44.
6. Ogonowska-Słodownik A. Metody oceny terapii w środowisku wodnym. Rehabilitacja w praktyce 2015; 6: 48-52.
7. Ogonowska-Słodownik A. Terapia w środowisku wodnym. W: Morgulec-Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. (red.): Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów. Warszawa, PZWL, 2015; 231-242.
8. Ołasińska A. Halliwick – koncepcja nauczania pływania osób niepełnosprawnych. Rehabilitacja Medyczna 2002; 4:77-80.
9. Pasek J. i wsp. Znaczenie pływania korekcyjnego i ćwiczeń w wodzie w fizjoterapii. Fizjoterapia 2008; 1; 53-59.
10. Pawlak M, Witman-Dziurla K. Metodyka nauczania pływania dzieci niesłyszących. Lider 2002; 6; 12.
11. Rolewicz M. Zajęcia z pływania w ramach olimpiad specjalnych. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne 1997; 2: 87-91.
12. Rutkowska I, Kosmol A. Sprawność i aktywność fizyczna osób niewidomych. Wydawnictwo AWF Warszawa 2010; 254-264.
13. Zajac I i wsp. Ćwiczenia korekcyjne w wodzie. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne 2003; 2, Biblioteczka Monograficzna; 9-16.
14. Zembaty A. Kinezyterapia Tom II. Kasper Kraków 2003; 158-165.

##### Literatura uzupełniająca:

1. Becker BE, Cole AJ. Comprehensive aquatic therapy. Aquatic Science Associates 2011.
2. Brody L.T., Geigle P.R. Aquatic exercise for rehabilitation and training. Human Kinetics, 2009.
3. Lepore M, Gayle GW, Stevens S. Adapted Aquatics Programming. Human Kinetics. 1998.
4. Piotrowska-Całka E. Aqua fitness wprowadzenie metodyczne. Warszawa : Wydawnictwa Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, 2013.

##### Źródła

5. [www.ewac.nl](http://www.ewac.nl)
6. [www.ipc-swimming.org](http://www.ipc-swimming.org)
7. [www.halliwickpolska.fora.pl](http://www.halliwickpolska.fora.pl)
8. <http://www.aquatic-exercise-equipment.com/>
9. [www.halliwicktherapy.org](http://www.halliwicktherapy.org)

**Punkty ECTS - 1 pkt - 30 godz. pracy studenta (kontaktowych + samodzielnych)**

<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>GODZINY</b>
Godziny kontaktowe	45
Przygotowanie do zajęć	10
Zapoznanie się z zalecaną literaturą	10
Przygotowanie do zaliczenia	10
<b>Razem = 75 godz. = 2,5 ECTS</b>	

Wydział Rehabilitacji AWF Warszawa