

Przedmiot: TERAPIA W WODZIE

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział Rehabilitacji KATEDRA NAUCZANIA RUCHU
Nazwa przedmiotu	TERAPIA W WODZIE
Kod przedmiotu	FV-41
Język wykładowy	Polski
Rodzaj przedmiotu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	Fakultatywny
Poziom modułu kształcenia (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	5-letnie jednolite studia magisterskie
Rok studiów	III
Semestr	V, VI
Liczba punktów ECTS	1,5
Imiona i nazwiska wykładowców	dr Anna Ogonowska-Słodownik
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	Fizjoterapia
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	Stacjonarny
Wymaganie wstępne i dodatkowe	Student potrafi samodzielnie przepłynąć dystans 50 m

II. 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 ćwiczeń, technik, metod terapii w wodzie niezbędnych do przywrócenia, utrzymania i rozwoju możliwości funkcjonalnych organizmu

Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu			
Efekt uczenia się standard	Efekty uczenia się przedmiotowe	Odniesienie do celów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia PRK
Wiedza			
W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie: O.W11 zagadnienia związane z kształtowaniem, podtrzymywaniem i przywracaniem sprawności oraz wydolności osobom w różnym wieku, w tym osobom starszym, utraconej lub obniżonej wskutek różnych chorób lub urazów, a także zasady promocji zdrowia – w stopniu zaawansowanym C.W11 Zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej w procesie leczenia i podtrzymywania sprawności osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnościami	1. Przedstawia podstawowe cele i zadania, metody i środki w nauczaniu czynności ruchowych w wodzie. 2. Definiuje miejsce ćwiczeń w wodzie oraz ich rolę w aktywności fizycznej osób z niepełnosprawnością. 3. Daje przykłady niepełnosprawności, które są wskazaniem lub przeciwwskazaniem do terapii w wodzie. 4. Zna podstawowe metody terapii w wodzie.	C1, C2, C3	P7SM_WG P7SM_WK
Umiejętności			
W zakresie umiejętności absolwent potrafi: O.U6 zastosować działania z zakresu adaptowanej aktywności fizycznej i sportu osób z niepełnosprawnościami dla planowania, doboru,	1. Posiada podstawowy poziom sprawności fizycznej specjalnej potrzebnej do prowadzenia zajęć w wodzie 2. Posiada podstawowe umiejętności związane ze specyfiką prowadzenia terapii w wodzie.	C2	P7SM_UW

modyfikowania oraz tworzenia różnych form zajęć rekreacyjnych i sportowych dla osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób starszych C.U7 Wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń			
C.U6 Dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego	1. Potrafi zaproponować wybrane formy aktywności w wodzie dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności	C3	P7SM_UW
Kompetencje społeczne			
W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do: O.K3 Prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	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	P7SM_KO

III. Treści programowe

Treści programowe			
	Tytuł wykładu	Odniesienie do efektów kształcenia kierunkowych /przedmiotowych	Odniesienie do celów przedmiotu
ĆWICZENIA/ ZAJĘCIA PRAKTYCZNE			
TP1	Podstawowe informacje na temat terapii w wodzie – specyfika i zasady prowadzenia zajęć w wodzie. Instruktaż BHP.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3

TP2	Podstawowe ćwiczenia kończyn górnych w wodzie.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP3	Podstawowe ćwiczenia kończyn dolnych w wodzie.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP4	Podstawowe ćwiczenia tułowia w wodzie.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP5	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (makarony).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP6	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (pasy).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP7	Ćwiczenia z wykorzystaniem sprzętu aqua fitness (hantle, betomic, ringi).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP8	Obwód stacyjny (woda płytka).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP9	Obwód stacyjny (woda głęboka).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP10	Przygotowanie motoryczne w środowisku wodnym.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP11	Pływanie korekcyjne (plecy okrągłe, plecy wklęsłe).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP12	Pływanie korekcyjne (skolioza).	O.W11/2	C1, C2, C3

		C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	
TP13	Ćwiczenia w wodzie dla osób starszych – prewencja upadków.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP14	Ćwiczenia w wodzie dla kobiet w ciąży.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3O.K3	C1, C2,C3
TP15	Zaliczenie praktyczne.	O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP16	Ćwiczenia dla osób z bólem dolnego odcinka kręgosłupa w wodzie płytkiej i głębokiej.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP17	Ćwiczenia w wodzie dla osób po endoprotezoplastyce stawu biodrowego.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2,C3
TP18	Ćwiczenia w wodzie dla osób po rekonstrukcji władła krzyżowego przedniego (ACL).	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP19	Ćwiczenia dla osób po urazach w obrębie kończyny górnej.	O.W11/2 C.W11/1,3 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP20	Metody terapii w wodzie -teoria (1).	O.W11/2 C.W11/4	C1, C2, C3
TP21	Metody terapii w wodzie - teoria (2).	O.W11/2 C.W11/4	C1, C2, C3

TP22	Koncepcja Halliwick (1).	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP23	Koncepcja Halliwick (2). WOTA 1/WOTA2.	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP24	PNF w wodzie.	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP25	Bad Ragaz Ring Method.	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP26	Integracja sensoryczna w wodzie.	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP27	Ai Chi.	C.W11/4 C.U6/1 O.K3/1,2,3	
TP28	Zaliczenie teoretyczne.	O.W11/2 C.W11/1,3,4	C1, C2, C3
TP29	Zaliczenie praktyczne.	O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3
TP30	Doskonalenie umiejętności w zakresie poznanych metod terapii w wodzie.	O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	C1, C2, C3

Planowane formy/działania/metody dydaktyczne

Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów uczenia się ze standardu
TP1 – TP30	pokaz, pokaz czynności, pokaz z objaśnieniem, instruktaż, ćwiczenia utrwalające, ćwiczenia przedmiotowe	O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3
TP19, TP20	wykład problemowy, pogadanka, wyjaśnienie, dyskusja	O.W11/2 C.W11/1,3,4

Środki dydaktyczne:

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

Metody i kryteria oceniania		
Efekt uczenia się dla przedmiotu według standardu	Treści programowe (TP)	Typy/ Metody oceniania D – ocenianie diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące * lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	TP1-TP15	Zaliczenie praktyczne (ćwiczenia w wodzie)
O.W11/2 C.W11/1,3,4 O.U6/1,2 C.U6/1 C.U7/2 O.K3/1,2,3	TP16-TP30	Zaliczenie praktyczne (metody terapii w wodzie)
O.W11/2 C.W11/1,3,4	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. Falkenberg Andersen S. Podstawowe informacje na temat terapii w wodzie. Rehabilitacja Medyczna 2002; 6(4): 70-76. (czasopismo) 2. Filipowicz M, Ogonowska-Słodownik A. Ai Chi – metoda terapii w wodzie. Rehabilitacja w Praktyce 2018;3:58-63.(czasopismo) 3. Hutny K, Ogonowska-Słodownik A. Integracja sensoryczna w wodzie. Rehabilitacja w praktyce 2017;3:35-40. (czasopismo) 4. Kędzierski J, Ogonowska-Słodownik A, Morgulec-Adamowicz N. Adaptowana aktywność fizyczna w wodzie dla osób z uszkodzeniem rdzenia kręgowego. Rehabilitacja w praktyce 2020;3:47-53. (czasopismo) 5. Ogonowska-Słodownik A. Rola rehabilitacji w wodzie w zespole bólowym dolnego odcinka kręgosłupa. Rehabilitacja w praktyce 2016; 2: 40-44. (czasopismo) 6. Ogonowska-Słodownik A, Słodownik R. Rehabilitacja w wodzie po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego (ACL). Rehabilitacja w praktyce 2016; 5: 54-59. (czasopismo) 7. Ogonowska-Słodownik A, Słodownik R. Terapia w wodzie po urazach w obrębie kończyny górnej. Rehabilitacja w praktyce 2017; 1: 42-46. (czasopismo) 8. Ogonowska-Słodownik A, Słodownik R. Przygotowanie motoryczne w środowisku wodnym – zdolności siłowe i szybkościowe. Rehabilitacja w Praktyce 2017;5: 71-77. (czasopismo) 9. Ogonowska-Słodownik A, Słodownik R. Przygotowanie motoryczne w środowisku wodnym – kształtowanie wytrzymałości. Rehabilitacja w Praktyce 2018;1: 19-25. (czasopismo) 10. Ogonowska-Słodownik A, Kokowicz G. Wykorzystanie ćwiczeń oddechowych w pływaniu korekcyjnym. Rehabilitacja w praktyce 2019;5: 66-71. (czasopismo) 11. Ogonowska-Słodownik A. Terapia w wodzie – czy dla każdego? Medical Tribune 2020;6:69-76. (czasopismo) 12. Ogonowska-Słodownik A. Zastosowanie terapii w wodzie u pacjentów z chorobami neurologicznymi. Medical Tribune 2021;1:72-78. (czasopismo)

13. Ogonowska-Słodownik A. Terapia w wodzie w pediatrii. Rehabilitacja w praktyce 2021;4:55-60. (czasopismo)
14. Pasek J i wsp. Znaczenie pływania korekcyjnego i ćwiczeń w wodzie w fizjoterapii. Fizjoterapia 2008; 1; 53-59. (czasopismo)
15. Zajac I i wsp. Ćwiczenia korekcyjne w wodzie. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne 2003; 2, Biblioteczka Monograficzna: s. 9-16. (czasopismo)
16. Zembały A. Kinezyterapia Tom II. Kasper Kraków 2003. (s.158-165)

Literatura uzupełniająca:

17. Becker BE, Cole AJ. Comprehensive aquatic therapy. Aquatic Science Associates 2011.
18. Brody LT, Geigle PR. Aquatic exercise for rehabilitation and training. Human Kinetics, 2009.
19. Lepore M, Gayle GW, Stevens S. Adapted Aquatics Programming. Human Kinetics. 1998.
20. Piotrowska-Całka E. Aqua fitness wprowadzenie metodyczne. Warszawa : Wydawnictwa Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, 2013.
21. Nowotny J. (red.) Podstawy fizjoterapii cz.II. Kraków, Wyd. Kasper, 2004 (s. 281-286).
22. Rusin M, Gębala T, Kocurek T. Koncepcja ćwiczeń asymetrycznych w wodzie w korekcji bocznych skrzywień kręgosłupa (wad postawy ciała) w bielskim Szkolnym ośrodku gimnastyki Korekcyjno-kompensacyjnej im. Romana Liszki w Bielsku-Białej. Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogiki i Administracji w Poznaniu 2007;3:187-198.
(http://www.homines.wspia.pl/pdf/2007/Homines2007_21_Rusin.pdf)

Źródła

23. www.ewac.nl
24. www.ipc-swimming.org
25. www.halliwickpolska.fora.pl
26. <http://www.aquatic-exercise-equipment.com/>
27. www.halliwicktherapy.org

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

RODZAJ ZAJĘĆ	GODZINY
Godziny kontaktowe	30
Przygotowanie do zajęć	5
Zapoznanie się ze wskazaną literaturą	5
Przygotowanie do zaliczenia	5
Razem = 45 godz. = 1,5 ECTS	