

Nazwa grupy zajęć: <b>Grupa zajęć z zakresu specjalności - Opiekun osoby starszej / Asystent osoby niepełnosprawnej</b>		ECTS: <b>19</b>
<b>Wydział: Wydział Wychowania Fizycznego</b>		<b>Kierunek: wychowanie fizyczne</b>
<b>Nazwa jednostki prowadzącej grupę zajęć:</b> Zakład Adaptowanej Aktywności Fizycznej		<b>Rok : II</b> <b>Semestr: 3 i 4</b>
<b>Forma studiów / rodzaj studiów:</b> stacjonarne/niestacjonarne / studia II stopnia	<b>Profil kształcenia:</b> ogólnoakademicki	<b>Status grupy zajęć:</b> fakultatywny
<b>Język grupy zajęć:</b> polski	<b>Forma zajęć:</b> wykład / ćwiczenia	<b>Wymiar zajęć [stacjonarne / niestacjonarne]:</b> 247/156
<b>Koordynator grupy zajęć</b>	dr hab. Anna Zwierzchowska prof. AWF dr Joanna Cholewa	<b>Sposób realizacji:</b>  <b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i studentów</b>
<b>Wymagania wstępne</b>	<b>Wiedza:</b> Podstawowa wiedza z zakresu roli aktywności fizycznej w życiu człowieka. <b>Umiejętności:</b> Podstawowe umiejętności z zakresu prowadzenia zajęć ruchowych i komunikacji społecznej. <b>Kompetencje społeczne:</b> Potrafi nawiązać właściwe relacje z jednostką, grupą oraz przedstawicielami innych środowisk.	
<b>Cele grupy zajęć</b>	Celem grupy zajęć jest wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności dbania o zrównoważony styl życia, poprawę sprawności, funkcjonalności i jakości życia osób starszych oraz osób niepełnosprawnych.	

Lp.	Efekty uczenia się Student:	Odniesienie do efektów kierunkowych	Odniesienie Charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji dla obszaru nauk medycznych, nauk o zdrowiu oraz nauk o kulturze fizycznej w ramach szkolnictwa wyższego-poziomy 6/ poziomy 7
<b>W zakresie wiedzy</b>			
W01	Posiada pogłębioną znajomość funkcjonowania organizmu w podeszłym wieku w czasie wysiłku fizycznego oraz zmian adaptacyjnych pod wpływem treningu	K_W02	P7S_WG P7S_WK
W02	Zna główne przyczyny chorób cywilizacyjnych, posiada pogłębioną wiedzę o wpływie stylu życia, i czynników środowiskowych na zdrowie (HRF) człowieka oraz rekomendacje aktywności fizycznej w aspekcie zdrowego stylu życia	K_W05	P7S_WG
W03	Zna wyniki badań dotyczące zachowań prozdrowotnych i stylu życia różnych grup społecznych	K_W06	P7S_WG
W04	Zna zalecenia organizacyjne i metodyczne dotyczące prowadzenia zajęć ruchowych o zróżnicowanych celach z dziećmi, młodzieżą, osobami starszymi, niepełnosprawnymi, obciążonymi chorobami cywilizacyjnymi	K_W14	P7S_WG P7S_WK

<b>W zakresie umiejętności</b>			
U01	Potrafi ukierunkować zajęcia ruchowe na indywidualne potrzeby dzieci, młodzieży i dorosłych, w tym obarczonych chorobą cywilizacyjną	K_U04	P7S_UW
U02	Potrafi zastosować właściwe metody promocji zdrowia stosownie do wieku i potrzeb grupy	K_U05	P7S_UW P7S_UO P7S_UK
U03	Potrafi ułożyć program autorski oraz zaplanować proces wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej stosownie do wytycznych programowych władz oświatowych z uwzględnieniem przepisów prawa oświatowego oraz pomocy psychologiczno-pedagogicznej w szkole	K_U06	P7S_UW P7S_UO P7S_UK
U04	Potrafi dobrać odpowiednie środki, rozwiązania organizacyjne i metody realizacji wytyczonych celów edukacji oraz stosownie do potrzeb indywidualnych uczniów (z zachowaniem zasad inkluzji) i warunków pracy	K_U07	P7S_UW
U05	Posiada pogłębioną umiejętność stosowania technik efektywnego komunikowania się i negocjacji	K_U11	P7S_UK
<b>W zakresie kompetencji społecznych</b>			
K01	Rozumie złożoność zjawisk i procesów społecznych	K_K01	Brak odniesienia
K02	Ma świadomość konieczności poprawy zakłóceń komunikacji interpersonalnej	K_K07	P7S_KK
K03	Docenia rolę medycyny profilaktycznej i edukacji zdrowotnej w zapobieganiu chorobom i kształtowaniu odpowiedzialności za zdrowie osób w średnim i starszym wieku	K_K09	P7S_KR
K04	Jest przekonany o społecznym wymiarze promocji aktywności fizycznej i zachowań zdrowotnych u osób w każdym wieku	K_K11	P7S_KR
<b>Stosowane metody dydaktyczne</b>			
<p>Wykład: Wykład tradycyjny, wykład z wykorzystaniem technik multimedialnych, wykład aktywny (wykorzystanie dyskusji, studiów przypadku).</p> <p>Ćwiczenia: Ćwiczenia aktywne z wykorzystaniem studiów przypadków, burzy mózgów, praca multimedialna (prowadzący), praca w grupach, ćwiczenia praktyczne.</p>			

<b>Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów</b>
<p>Metody weryfikacji efektów uczenia się: np. pisemne prace zaliczeniowe, egzaminy, obserwacja studentów i ocena ich umiejętności praktycznych.</p> <p>Kryteria oceny efektów uczenia się:</p> <p>2,0 – student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się (punktacja poniżej 50 %)</p> <p>3,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym (51 do 60 %)</p> <p>3,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym plus (61 do 70 %)</p> <p>4,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym (71 do 80 %)</p> <p>4,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym plus (81 do 90 %)</p> <p>5,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu bardzo dobrym (91 do 100 %)</p>

Treści programowe grupy zajęć		Godziny ST/NST
1.	<p><b>Podstawy geriatricz i defektologii</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wprowadzenie do gerontologii i defektologii.</li> <li>2. Neuroedukacja czynnikiem warunkującym pracę z osobami starszymi i osobami niepełnosprawnymi.</li> <li>3. Pojęcie zdrowia i choroby. Międzynarodowa klasyfikacja chorób. Czynniki chorobotwórcze.</li> <li>4. Definicja niepełnosprawności i jej rodzaje.</li> <li>5. Charakterystyka rodzajów niepełnosprawności (ruchowa, wzrokowa, słuchowa, intelektualna).</li> <li>6. Demografia starzenia i jej uwarunkowania, zjawisko długowieczności.</li> <li>7. Zmiany fizjologiczne i motoryczne w procesie starzenia się człowieka.</li> <li>8. Choroby wieku starszego. Czynniki pomyślnego starzenia się.</li> <li>9. Zewnętrzne i wewnętrzne mechanizmy procesu starzenia się organizmu i możliwości jego pozytywnej modyfikacji – teorie i kierunki badań.</li> <li>10. Kinezyprofilaktyka gerontologiczna a zdrowie publiczne: obszar teoretyczny, kierunki ewolucji.</li> </ol>	26/13
2.	<p><b>Metodyka pracy opiekuńczej z osobą starszą lub osobą niepełnosprawną</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diagnostowanie potrzeb i problemów osoby starszej lub niepełnosprawnej.</li> <li>2. Organizowanie środowiska życia osoby starszej lub niepełnosprawnej z uwzględnieniem jej potrzeb i problemów.</li> <li>3. Planowanie działań opiekuńczo- wspierających i rehabilitacyjnych dla osoby starszej lub niepełnosprawnej - dobór metod, technik i narzędzi.</li> <li>4. Współpraca ze specjalistami w opracowaniu programu kompleksowej pomocy osobie starszej lub niepełnosprawnej.</li> <li>5. Promocji zdrowia osób starszych i niepełnosprawnych.</li> <li>6. Rekreacja ruchowa osób starszych i niepełnosprawnych.</li> <li>7. Aktywizacja osób starszych.</li> </ol>	26/13
3.	<p><b>Żywnienie i suplementacja osób starszych lub osób niepełnosprawnych</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podstawy żywienia- cele nauki o żywieniu, dieta, żywność, normy żywienia, energia i składniki odżywcze. Odżywianie w ontogenezie.</li> <li>2. Szczegółowa charakterystyka węglowodanów, białek , tłuszczów oraz witamin i minerałów. Ich źródła w żywności, zapotrzebowanie organizmu na węglowodany, białka, tłuszcze witaminy i mikroelementy w zależności od płci i wieku (RDA, EAR), Zalecenia żywieniowe dotyczące przyjmowania węglowodanów, białek, tłuszczu przed wysiłkiem, w trakcie wysiłku oraz po jego zakończeniu dla osób w średnim wieku oraz starszych. Manipulacje dietetyczne ukierunkowane na zwiększenie zasobów poszczególnych składników diety w mięśniach szkieletowych.</li> <li>3. Pojęcie i rola suplementów diety. Suplementy o działaniu anabolicznym i antykatabolicznym. Suplementy wspomagające redukcję tkanki tłuszczowej. Rola preparatów energetycznych i odżywczych we wspomaganiu zdrowie osób w średnim i starszym wieku.</li> <li>4. Żywnienie i suplementacja osób starszych w zależności od współistniejących jednostek chorobowych oraz od płci i wieku.</li> <li>5. Żywnienie i suplementacja osób niepełnosprawnych w zależności od płci i wieku.</li> </ol>	13/7
4.	<p><b>Psychologia osób starszych lub osób niepełnosprawnych:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Emocje i motywacje w ontogenezie człowieka <ol style="list-style-type: none"> <li>a) sfera emocjonalno-uczuciowa u człowieka jako podstawa efektywnego funkcjonowania</li> <li>b) przejawy i przyczyny świadomego i podświadomego zachowania się</li> </ol> </li> </ol>	13/6

	<ul style="list-style-type: none"> <li>c) rola motywacji, aspiracji</li> <li>d) agresywność - jej negatywne i pozytywne przejawy</li> <li>e) emocje i uczucia a uzdolnienia</li> <li>f) emocje i uczucia a procesy poznawcze</li> <li>g) emocje i uczucia a cechy temperamentu</li> <li>h) odporność emocjonalna i możliwość jej kształtowania</li> <li>i) techniki radzenia sobie ze stresem (techniki relaksacyjne, medytacja, trening autogenny),</li> <li>j) poczucie kontroli wewnętrznej i zewnętrznej a rola zasad i celów</li> </ul> <p>2. Poznawcze i społeczne czynniki w życiu człowieka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) rola myślenia, zapamiętywania, wyobrażeń</li> <li>b) rola inteligencji kinestetycznej</li> <li>c) specyfika treningu mentalnego oraz technik poznawczych</li> <li>d) strategie psychologiczne</li> <li>e) wsparcie społeczne</li> <li>f) pomoc psychologiczna i psychoterapia</li> </ul>	
5.	<p><b>Podstawy prawne i organizacyjne opieki nad osobą starszą lub osobą niepełnosprawną</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podstawy zagadnień prawnych. Prawa człowieka: prawa osobiste, wolności, prawa ekonomiczne.</li> <li>2. Status osoby niepełnosprawnej- tryb, zasady, procedury orzekania o niepełnosprawności. Typy i rodzaje niepełnosprawności. Status osoby niepełnosprawnej w UE. Niepełnosprawność w liczbach. Klasyfikacja ICF. Rozróżnia stopnie i rodzaje niepełnosprawności.</li> <li>3. Karta Praw Osób Niepełnosprawnych. Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych. Akty prawne ONZ. Akty prawne UE.</li> <li>4. System pracy dla osób z niepełnosprawnością. Prawa pracodawcy, pracownika z niepełnosprawnością.</li> <li>5. System wsparcia społecznego- rola instytucji: PFRON, PCPR, MOPS, DPS. Likwidacja barier.</li> <li>6. Działalność Domów Pomocy Społecznej.</li> </ol>	13/6
6.	<p><b>Aktywizacja społeczna i zawodowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rola asystenta osoby niepełnosprawnej, opiekuna osoby starszej w aktywizacji społecznej i zawodowej.</li> <li>2. Społeczna percepcja osób niepełnosprawnych. Prawdy, mity stereotypy.</li> <li>3. Metody integracji społecznej osób niepełnosprawnych (sport osób niepełnosprawnych, klasyfikacje, dyscypliny, fundacje, stowarzyszenia).</li> <li>4. Komunikacja i transport (ulgi, możliwości, przywileje, dostosowanie samochodu).</li> <li>5. System wsparcia społecznego- rola instytucji: PFRON, PCPR, MOPS, DPS. Likwidacja barier.</li> <li>6. Pomoc finansowa ze strony PCPR, dokumentacja.</li> <li>7. Świadczenia pielęgnacyjne dla osób starszych. Zaopatrzenie ortopedyczne, środki pomocnicze (wnioski NFZ).</li> <li>8. Organizowanie środowiska życia osoby niepełnosprawnej w zależności od problemów wynikających z rodzaju niepełnosprawności: sensorycznej, fizycznej, psychicznej, sprzężonej.</li> <li>9. Organizowanie środowiska życia osoby niepełnosprawnej w zależności od stopnia niepełnosprawności, od potrzeb osoby niepełnosprawnej.</li> <li>10. Uniwersytet III wieku- wpływ późnej edukacji na życie.</li> </ol>	13/7
7.	<p><b>Aktywność fizyczna osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Neuroedukacja niezbędnym elementem w procesie aktywności fizycznej.</li> <li>2. Spontaniczna aktywność ruchowa.</li> <li>3. Aktywność fizyczna osób starszych - znaczenie dla pomyślnego starzenia się, formy AF, wskazania i przeciwwskazania, wskazówki metodyczne.</li> <li>4. Metody oceny sprawności fizycznej osób starszych (Senior Fitness Test, Functional Reach Test).</li> </ol>	52/25

	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Aktywność fizyczna osób z różnym rodzajem niepełnosprawności (niewidomi, niesłyszący, niepełnosprawni intelektualnie, niepełnosprawni ruchowo) - dostępne formy AF, wskazania i przeciwwskazania, wskazówki metodyczne.</li> <li>6. Formy aktywności fizycznej oparte na treningach świadomego kontrolowanego ruchu.</li> <li>7. Zmodyfikowane formy aktywności fizycznej ukierunkowane na potrzeby osób starszych i z różnym rodzajem niepełnosprawności.</li> </ol>	
8.	<p><b>Komunikacja niewerbalna</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wprowadzenie do komunikacji niewerbalnej. Identyfikacja deficytów kojarzonych z zaburzoną komunikacją (całościowe zaburzenia rozwoju, , autyzm, adhd, uszkodzenia parcjalne mózgu, afazja, NI)</li> <li>2. Konsekwencje społeczne uszkodzeń zmysłu słuchu, charakterystyka, etiologia, wybrane klasyfikacje .</li> <li>3. Zjawisko tożsamości środowiskowej i kulturowej głuchych. Różnice pomiędzy językiem migowym a migany, oraz ich stosowaniem.</li> <li>4. Komunikacja osób niesłyszących: środki porozumiewania się, komunikacja totalna, oraz alternatywne metody komunikacji.</li> <li>5. Dotyk a komunikacja: zasady pracy z osobami o zaburzeniach sensorycznych, stymulacja czucia powierzchniowego i głębokiego; sygnały dotykowe;</li> <li>6. Sygnały środowiskowe, symbole jednoznaczne: przedmiotowe, ruchowe; komunikacja za pomocą symboli w codzienności; Symbole obrazkowe: piktogramy;</li> <li>7. Komunikacja symboliczna „ Bliss”- rodzaje systemu symboli;- kategorie znaczeniowe; budowa symboli;- możliwości pracy systemem symboli;</li> <li>8. Makaton system komunikacji z osobami z NI,</li> <li>9. Sygnały gestowe:- rodzaje gestów; język migowy a migany;</li> <li>10. Modele komunikacji – integracja metod.</li> </ol>	26/13
9.	<p><b>Metody relaksacji</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Praktyczne podstawy treningu autogennego Schultza.</li> <li>2. Praktyczne podstawy treningu progresywnego Jacobsona.</li> <li>3. Technika Aleksandra.</li> <li>4. Praktyka relaksacji poprzez oddech.</li> <li>5. Joga – ćwiczenia równowagi i koordynacji.</li> <li>6. Masaż relaksacyjny.</li> <li>7. Choreoterapia.</li> <li>8. Kinezylogia edukacyjna – metoda Dennisona.</li> <li>9. Muzykoterapia – relaksacja dźwiękiem.</li> <li>10. Masaż relaksacyjny.</li> <li>11. Koloroterapia i aromaterapia w relaksacji.</li> <li>12. Aktywny i bierny wypoczynek w przerwach podczas pracy.</li> </ol>	13/7
10.	<p><b>Terapia zajęciowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terapia, terapia zajęciowa, rewitalizacja.</li> <li>2. Cele terapii zajęciowej oraz etapy postępowania terapeutycznego.</li> <li>3. Zakres obowiązków terapeuty.</li> <li>4. Rodzaje terapii zajęciowej (ludoterapia, arteterapia, muzykoterapia, choreoterapia).</li> <li>5. Zasady prowadzenia terapii zajęciowej z osobami starszymi i niepełnosprawnymi.</li> <li>6. Układanie indywidualnego planu terapii zajęciowej dla osoby starszej lub niepełnosprawnej.</li> </ol>	26/13
11.	<p><b>Praktyka</b></p>	26/13

**Forma i warunki zaliczenia grupy zajęć, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia, a także forma i warunki zaliczenia poszczególnych zajęć wchodzących w zakres danej grupy zajęć**

Warunkiem zaliczenia grupy zajęć jest uzyskanie zaliczenia z przedmiotów wchodzących w zakres grupy zajęć oraz zdanie egzaminu końcowego. Warunkiem zaliczenia poszczególnych zajęć jest osiągnięcie wszystkich założonych efektów uczenia się (w minimalnym akceptowalnym stopniu – w wysokości >50%). Egzaminy końcowy odbywa się w trakcie sesji egzaminacyjnej (zgodnie z organizacją roku).

<b>Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS</b>	<b>Stacjonarne</b>	<b>Niestacjonarne</b>
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:</b>	<b>247 godzin razem</b> 65 godziny wykładów 182 godzin ćwiczeń	<b>124 godzin razem</b> 45 godziny wykładów 111 godzin ćwiczeń
<b>Samodzielna praca studenta:</b>	247 godzin razem 80 godz. przygotowanie do ćwiczeń 85 godz. przygotowanie projektów, prac prezentacji 82 godz. przygotowanie do zaliczeń i egzaminów	370 godzin razem 120 godz. przygotowanie do ćwiczeń 105 godz. przygotowanie projektów, prac prezentacji 145 godz. przygotowanie do zaliczeń i egzaminów
<b>Łączny nakład pracy studenta wynosi: 494 godziny, co odpowiada 19 punktom ECTS</b>		

**Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia danej grupy zajęć**

**Podstawy geriatry i defektologii:**

Literatura podstawowa:

1. Steuden S. Psychologia starzenia się. PWN 2011.
2. Osiński W., Gerokinezyjologia. Nauka i praktyka aktywności fizycznej w wieku starszym. PZWL Warszawa 2015.
3. Zych A. Przekraczając smugę cienia. Szkice z gerontologii i tanatologii. Wyd. Śląsk 2009.
4. Bobrowicz-Lewartowska L. Niepełnosprawność intelektualna. Wyd. Harmonia 2011.
5. Palak Z., Bujanowska A., Pawlak A. Aktualne problemy edukacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych w biegu życia. Wyd. UMCS 2010.

Literatura uzupełniająca:

1. Beauvir Simone: Starość, Wydawnictwo Czarna Owca, 2011.
2. Bełzyt J. Niepełnosprawność. Edukacja. Dorosłość. Studium przypadku. Wyd. Impuls 2012.

**Metodyka pracy opiekuńczej z osobą starszą lub osobą niepełnosprawną**

Literatura podstawowa:

1. Ciechaniewicz W., Cudak E., Dyk D. Opieka nad osobami przewlekle chorymi, w wieku podeszłym i niesamodzielnymi. PZWL 2013.
2. Kozdroń E., Program rekreacji ruchowej osób starszych. AWF Warszawa 2005.
3. Marchewka A., Dąbrowski Z., Żołądź J. (red.), Fizjologia starzenia się. Profilaktyka i rehabilitacja. PWN, Warszawa 2012.
4. Wieczorowska-Tobis K., Kostka T., Borowicz A. Fizjoterapia w geriatrici. PZWL 2011.

Literatura uzupełniająca:

1. Adaptowana aktywność fizyczna (APA) Wydawnictwo PTN-AAF 2011
2. Kuński H., Trening zdrowotny osób dorosłych, Warszawa, 2003.

### **Żywnienie i suplementacja osób starszych lub osób niepełnosprawnych**

Literatura podstawowa:

1. Ciborska H, Rudnicka A. Dietetyka . Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. 2008.
2. Jarosz M, Bułhak-Jachymczyk B. Normy Żywnienia Człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych, 2012
3. Jarosz M, Gawęcki J. Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu człowieka cz.II, 2010.
4. Zajac A, Poprzecki S, Czuba M i wsp. Dietetyczne i suplementacyjne wspomaganie procesu treningowego. 2012
5. Ziemiański S. Normy żywienia człowieka, PZWL 2001:

Literatura uzupełniająca:

1. Żywnienie osób w wieku starszym. Porady lekarzy i dietetyków M. Jarosz IŻŻ 2011
2. Żywnienie. Wpływ na zdrowie człowieka. Langley- Evans Simon . PZWL 2014

### **Psychologia osób starszych lub osób niepełnosprawnych**

Literatura podstawowa:

1. Boyd D, Bee H.(2008). Psychologia rozwoju człowieka. Poznań: Zysk i S-ka
2. Kowalik S. (2007). Psychologia rehabilitacji. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne
3. Lowen A. (2007) Miłość, seks i serce, Warszawa, Jacek Santorski i Agencja Wydawnicza.
4. Marchwicki P. (2006). Teoria przywiązania J. Bolwby'ego. Pozyskane ze strony:  
<http://www.seminare.pl/23/Marchwicki.pdf>
5. Sęk H.(2008). Psychologia kliniczna (t.2.).Warszawa: PWN.
6. Seligman M.E.P.,Walker E.F.,Rosenhan D.L.(2003). Psychopatologia. Poznań: Zysk i S-ka

Literatura uzupełniająca:

1. Lama Ole Nydahl (2012). O śmierci i odrodzeniu, czyli jak umrzeć bez lęku. Warszawa: Czarna owca.
2. LeDoux, J., Phelps, E. A. (2005). Sieci emocjonalne w mózgu. W: M. Lewis i J. M. Haviland-Jones (red.). Psychologia emocji. Gdańsk: GWP.
3. Lowen A. (2006) Duchowość ciała, Warszawa, Jacek Santorski i Agencja Wydawnicza.
4. Rama S.,Ballentine R.,Ayaya S.,(2010). Joga I psychoterapia. Warszawa:Tedson.

### **Podstawy prawne i organizacyjne opieki nad osobą starszą lub osobą niepełnosprawną**

Literatura podstawowa:

1. Korycki S., Kuciński J., Trzciniński Z., Zaborowski J. Zarys prawa. Warszawa,2006.
2. Nowe kryteria kwalifikowania do niepełnosprawności oraz procedury postępowania materiały szkoleniowe dla pracowników socjalnych., Łódź 2006.
3. Akty prawne: Karta Praw Osób Niepełnosprawnych, Deklaracja Praw Osób z Upośledzeniem Umysłowym, Światowy Program Działań na rzecz Osób Niepełnosprawnych, Standardowe Zasady Wyrównywania Szans Osób Niepełnosprawnych, Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, Uchwała w sprawie przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych.

Literatura uzupełniająca:

1. Międzynarodowa Klasyfikacja Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia, przeł. Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia,2009.

### **Aktywizacja społeczna i zawodowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej**

Literatura podstawowa:

1. Korycki S., Kuciński J., Trzciński Z., Zaborowski J. Zarys prawa. Warszawa, 2006.
2. Nowe kryteria kwalifikowania do niepełnosprawności oraz procedury postępowania materiały szkoleniowe dla pracowników socjalnych., Łódź 2006.
- 3.
4. Międzynarodowa Klasyfikacja Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia, przeł. Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia, 2009.
5. Bogucka J., Kościelska M. (red.), Wychowanie i nauczanie integracyjne. Nowe doświadczenia., CMPPP MEN, Warszawa 1996.

Literatura uzupełniająca:

1. Akty prawne: Karta Praw Osób Niepełnosprawnych, Deklaracja Praw Osób z Upośledzeniem Umysłowym, Światowy Program Działań na rzecz Osób Niepełnosprawnych, Standardowe Zasady Wyrównywania Szans Osób Niepełnosprawnych, Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, Uchwała w sprawie przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych.

### **Aktywność fizyczna osoby starszych lub osoby niepełnosprawnej**

Literatura podstawowa:

1. Dencikowska A., Drozd S., Czarny W. (red.), Aktywność fizyczna jako czynnik wspomagający rozwój i zdrowie, Wydaw. Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2008
2. Gawlik K., Zwierzchowska A. wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością. AWF Katowice 2004.
3. Gawlik K., Zwierzchowska A. Wychowanie fizyczne niewidomych i słabo widzących. AWF Katowice 2004.
4. Kozdroń E., Program rekreacji ruchowej osób starszych. Skrypt dla studentów wychowania fizycznego i instruktorów rekreacji ruchowej, Wydaw. AWF, Warszawa 2004
5. Kuński H. Trening zdrowotny osób starszych. Agencja Wydawnicza Medsport Press, Warszawa 2002.
6. Zwierzchowska A., Gawlik K. Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży niesłyszącej i słabo słyszącej. AWF Katowice 2005

Literatura uzupełniająca:

1. Iskra J., Walaszczyk A., Juras B. Lekkoatletyczne formy rekreacji ruchowej. Inspiracje i przykłady. AWF, Katowice 2009.
2. Migasiewicz J., Bolach E. (red.), Aktywność ruchowa osób niepełnosprawnych, Wydaw. Typograficzne „Typoscript”, Wrocław 2004
3. Kowalik S. (red.), Kultura fizyczna osób z niepełnosprawnością. Dostosowana aktywność ruchowa, Gdańskie Wydaw. Psychologiczne, Gdańsk 2009

### **Komunikacja niewerbalna**

Literatura podstawowa:

1. Lechowicz A., Użytkownicy systemu komunikacji Bliss twarzą w twarz ze światem [w:] "Przyjaciel Dziecka" 1 - 3, 1997.
2. Błeszczyński J. (red): Alternatywne i wspomagające metody komunikacji: Impuls: Kraków 2006
3. Knill Ch., Dotyk i komunikacja, CMPP-P, Warszawa 1992.
4. Lięża M., Podstawy rozwoju języka i mowy dzieci, [w:] Gałkowski T., Jastrzębowska G [red.] Logopedia. Pytania i odpowiedzi, Uniwersytet Opolski, Opole 1999.
5. Szczepankowski Bogdan, Komunikowanie się z osobami z uszkodzonym słuchem. Poradnik dla pracowników służb społecznych, Warszawa – Krapkowice 2000

Literatura uzupełniająca:

1. Kaczmarek B.B., Grycman M. (2014), Podręczny słownik terminów AAC - komunikacji wspomagającej i alternatywnej. Kraków, Impuls. <https://sites.google.com/site/jezykmigi/slowa>
2. Kosiba Olgierd, Grenada Piotr, Leksykon Języka Migowego, Silentium, Bogatynia 2011
3. Minczakiewicz E. M., Mowa. Rozwój, zaburzenia, terapia, WSP, Kraków 1996.
4. Podeszewska M., Wykorzystanie piktogramów w organizacji zachowania i komunikacji dzieci autystycznych. [w:] Mierzejewska H., Przybysz-Piwkowska M. [opr.] Rozwój poznawczy i rozwój językowy dzieci z trudnościami w komunikacji werbalnej. Diagnozowanie i postępowanie usprawniające. (materiały konferencji zorganizowanej przez Pomagisterskie Studium Logopedyczne,



## Metody relaksacji

Literatura podstawowa:

1. Christoph Schenk, tł. Hanna Borowiec.: Relaksacja: sposób na stres. Warszawa J&BF, 1996.
2. Craze R., tł. Ciepłowska A.: Relaksacja ciała i umysłu. Warszawa 2007.
3. Rosenfeld R., Everly G.: Stres : przyczyny, terapia i autoterapia [tł. Józef Radzicki]. Warszawa 1992.
4. Szopa J., Górna J.: Joga : ruch, oddech, relaks. Wydawnictwo KOS, Katowice 2005.
5. Siek S.: Treningi relaksacyjne. Warszawa 1990.
6. Opatowiecka M. : Kinezyjologia edukacja Paula Dennisona. „Remedium” 1998 nr 10.

Literatura uzupełniająca:

1. Kronenberger M.: Muzykoterapia: wykorzystanie technik aktywnych i receptywnych w profilaktyce stresu. Łódź, Global Enterprises 2004.
2. Hannaford C. : Zmysłne ruchy, które doskonalą umysł, Warszawa 1998
3. Twórcza kinezyjologia w praktyce: propozycje dla każdego. Wybór scenariuszy i red. merytoryczna Joanna Zwoleńska, Warszawa 2004

## Terapia zajęciowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej

Literatura podstawowa:

1. Braum E.: Terapia zajęciowa, Warszawa 2008
2. Misztal M.: Warsztaty terapii zajęciowej: prawo i praktyka, Ostrołęka 2005
3. Kot T.: Zajęcia pozalekcyjne i terapia zajęciowa z osobami o obniżonej sprawności umysłowej, Wydawnictwo APS, Warszawa 2002
4. Kadusan H. Schaeffer.: Techniki terapeutyczne, zabawa w psychoterapii, GWP Gdańsk 2002
5. Rychter D. Margasiński A.: Wprowadzenie do terapii zajęciowej: przewodnik dla studentów, Wydawnictwo im. Stanisława Podobińskiego Akademii im. Jana Długosza, 2008

Literatura uzupełniająca:

1. Gładyszewska-Celulko J.: Arteterapia w pracy pedagoga, Kraków 2014
2. Puszczalowska-Lizis E. Biała A.: Terapia osób o specjalnych potrzebach, Warszawa 2012
3. Gęsienica-Szostak A.: Muzykoterapia w rehabilitacji i praktyce, Warszawa 2010

## Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kształcenia przewiduje praktyki

26 godzin praktyk. W ramach grupy zajęć studenci zobligowani będą do odbycia praktyk w Uniwersytecie Trzeciego Wieku, sanatorium, w klubie seniora lub innym ośrodku organizującym zajęcia ruchowe dla osób w średnim i starszym wieku.

## Forma oceny efektów uczenia się

Efekty uczenia się	Forma oceny		
	Test sprawdzający	Prezentacja/praca grupowa	Obserwacja/diskusja dydaktyczna
W01	X		
W02	X		
W03	X	X	X
W04	X	X	
U01	X		
U02		X	
U03		X	
U04	X	X	
U05		X	

K01			X
K02			X
K03			X
K04			X

### Macierz efektów uczenia się dla grupy zajęć

Efekty uczenia się	Przedmioty									
	Podstawy geriatricznej i defektologii	Metodyka pracy opiekuńczej z osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	Żywność i suplementacja osób starszych lub osób niepełnosprawnych	Psychologia osób starszych lub osób niepełnosprawnych	Podstawy prawne i organizacyjne opieki nad osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	Aktywizacja społeczna i zawodowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	Aktywność fizyczna osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	Komunikacja niewerbalna	Metody relaksacji	Terapia zajęciowa osoby starszej lub niepełnosprawnej
W01	X	X			X		X			
W02		x		X			X		X	
W03			x	x		X				X
W04	X		X		x	X		x	X	X
U01	x	x					x			x
U02	X	x	x			x	x		x	
U03				x	x					
U04		x								x
U05				x				x		
K01	x			x	x	x				
K02		x				x		x	x	x
K03	x		x			x	x			
K04	x	x		x		x				