

SYLABUS PRZEDMIOTU

1	Kod przedmiotu	F20/II		
2	Nazwa przedmiotu	Aktywność ruchowa adaptacyjna		
3	Tytuł, imię i nazwisko wykładowcy			
4	Jednostka realizująca przedmiot (Katedra/Zakład)			
5	Rok studiów, semestr	II rok, semestr IV		
6	Ilość godzin	łącznie liczba godzin:	Stacjonarne	Niestacjonarne
		w tym:	45	27
		wykłady :	15	9
		ćwiczenia:	30	18
		inne formy zajęć:		
7	Forma zaliczenia	Zaliczenie na ocenę		
8	Punkty ECTS	3		
9	Pomoce dydaktyczne	Projektor multimedialny		
10	Metody oceny			
11	Uwagi			

Założenie i cele przedmiotu:

Opanowanie wiedzy i umiejętności praktycznego doboru różnych form aktywności ruchowej; prowadzenia zajęć rekreacyjnych z osobami niepełnosprawnymi; programowania aktywności ruchowej adaptacyjnej i sportu niepełnosprawnych w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności osób z różnymi dysfunkcjami.

Treści programu:

Aktywność ruchowa adaptacyjna w różnych obszarach kultury fizycznej - wychowanie fizyczne specjalne, rekreacja fizyczna i sport osób niepełnosprawnych. Potrzeby osób niepełnosprawnych i możliwości oddziaływania aktywności ruchowej na ograniczanie niepełnosprawności osób niepełnosprawnych. Podstawowe wskazania i przeciwwskazania do stymulowania ludzi starszych, niepełnosprawnych różnymi formami i metodami aktywności fizycznej. Specyfika aktywności fizycznej osób z różnymi dysfunkcjami. ARA jako sposób na podtrzymywanie uzyskanej sprawności i forma spędzania czasu wolnego osób niepełnosprawnych. Praktyczne i metodyczne stosowanie aktywności ruchowej adaptacyjnej jako jednego ze sposobów na integrację osób niepełnosprawnych. Formy, metody i środki aktywności ruchowej adaptacyjnej.

Formy aktywności ruchowej dostępne osobom niepełnosprawnym i starszym. Aktywność adaptacyjna w różnych stanach patologicznych. Modyfikacje aktywności ruchowej w zależności od specyficznych warunków niepełnosprawności– dobór ćwiczeń, gier, zabaw i niektórych dyscyplin sportowych, a także ćwiczeń użytkowych. Kompleksowe wykorzystanie środków i metod aktywności ruchowej z systemami komputerowego sterowania i monitorowania lokomocji w domu, miejscu pracy lub komunikacji.

Literatura:

- 1) Karaskova V. Zabawy ruchowe dla dzieci zdrowych i niepełnosprawnych. Gdańsk 2007
- 2) Kozdroń E. Program rekreacji ruchowej osób starszych. Warszawa 2004
- 3) Napierała M.P. Zbiór zabaw i gier ruchowych. Bydgoszcz 2001
- 4) Kolarczyk E., Arlet A. Gimnastyka. Kraków 2004
- 5) Stawczyk Z. Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Poznań 2001
- 6) Jezierski R., Rybicka A. Gimnastyka. Teoria i metodyka. Wrocław 2002
- 7) Talaga J. A- Z sprawności fizycznej. Warszawa 1998
- 8) Kuński H. Trening zdrowotny osób dorosłych. Warszawa 2003
- 9) Nowotny J. Edukacja i reedukacja ruchowa. Kraków 2003