

Opis efektów uczenia się

Nazwa kursu: Trener Zdrowego Starzenia

1. Organizator: Akademickie Centrum Kształcenia.

2. Opis efektów uczenia się (cele kształcenia, sylwetka absolwenta, przygotowanie do rynku pracy, związek ze strategią AWF Katowice):

Kurs dedykowany jest dla osób, które ukończyły następujące kierunki: fizjoterapia, wychowanie fizyczne, sport, aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym, trener osobisty z dietetyką sportową oraz dla innych absolwentów, którzy ukończyli studia wpisujące się w dziedzinę nauk medycznych, nauk o zdrowiu i nauk o kulturze fizycznej.

Kurs realizowany jest w formie dwudniowego, intensywnego teoretyczno-praktycznego szkolenia i stanowi kompleksowe przygotowanie teoretyczne i praktyczne do promowania zdrowego trybu życia jako metody prewencji chorób związanych z wiekiem. Celem kursu jest również zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie diagnostyki, projektowania i wdrażania kompleksowych strategii zdrowego starzenia.

Wymagania wstępne: znajomość anatomii i fizjologii człowieka, w tym: znajomość budowy anatomicznej poszczególnych układów organizmu ludzkiego i podstawowych zależności pomiędzy ich budową i funkcją w warunkach zdrowia i choroby. Ma podstawową wiedzę w zakresie procesu starzenia się człowieka i związanych z tym zmian w układach i narządach człowieka.

3. Związek z kierunkiem studiów realizowanym w AWF Katowice: kierunek Fizjoterapia.

4. Rodzaj uzyskiwanych kwalifikacji formalnych lub zakres kompetencji: zaświadczenie o ukończeniu kursu.

5. Kryteria naboru: dostarczenie podania, o przyjęciu decyduje kolejności zgłoszeń.

6. Liczba godzin: 20.

- a) Zajęcia teoretyczne – 8 godzin.
- b) Zajęcia praktyczne – 12 godzin.
- c) Praktyki: brak.

7. Związek z kierunkowymi efektami uczenia się w zakresie:

- **wiedzy:** Absolwent zna celowość oraz zasady motywowania osób do prozdrowotnych zachowań; Absolwent zna zasady projektowania i wdrażania kompleksowych strategii zdrowego starzenia oraz metody oceny stylu życia.
- **umiejętności:** Absolwent potrafi przeprowadzić wywiad i analizować zebrane informacje pod kątem zdrowego stylu życia; Absolwent potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia i zdrowe starzenie.

Lp.	Absolwent kursu osiągnął poniższe efekty uczenia się:
w zakresie wiedzy	
W1	Absolwent zna celowość oraz zasady motywowania osób do prozdrowotnych zachowań.
W2	Absolwent zna zasady projektowania i wdrażania kompleksowych strategii zdrowego starzenia oraz metody oceny stylu życia.
w zakresie umiejętności	
U1	Absolwent potrafi przeprowadzić wywiad i analizować zebrane informacje pod kątem zdrowego stylu życia.
U2	Absolwent potrafi podejmować działania promujące zdrowy styl życia i zdrowe starzenie.

* T – część teoretyczna kursu, P – część praktyczna kursu zgodnie z planem kursu

Sposób dokonywania oceny uzyskanych efektów uczenia się: bieżąca obserwacja kursanta i samodzielne wykonanie poszczególnych treningów.

Wymogi związane z ukończeniem kursu: warunkiem zaliczenia kursu jest wykazanie się znajomością zagadnień teoretycznych poruszanych na kursie i umiejętność ich praktycznego zastosowania.

Rodzaj dokumentu potwierdzającego ukończenie kursu: zaświadczenie o ukończeniu kursu.