

INSTRUKCJA DLA NAUCZYCIELA

MODUŁ	BIOMECHANIKA KRĘGOSŁUPA
JEDNOSTKA DYDAKTYCZNA	A: BIOMECHANIKA NORMALNEGO KRĘGOSŁUPA
TYTUŁ PREZENTACJI	BIOMECHANIKA NORMALNEGO KRĘGOSŁUPA
CELE	<ul style="list-style-type: none"> • Przegląd biomechanicznych różnic kręgosłupa szyjnego, grzbietowego i lędźwiowego. • Poznanie biomechanicznych funkcji kręgosłupa w podstawowych warunkach spoczynkowych. • Wyjaśnienie, jak kręgosłup działa podczas wykonywania niektórych podstawowych funkcji życia codziennego. • Wzmocnienie uczenia się treści poprzez ćwiczenia i testy
CZAS TRWANIA	1h30' - prezentacja treści w programie PowerPoint + ćwiczenie wzmacniające
WYMAGANA WCZEŚNIEJSZA WIEDZA	Aby w pełni zrozumieć pojęcia wyjaśniane na zajęciach, student powinien wcześniej powtórzyć anatomię elementów kręgosłupa.
ZAPLECZE TECHNICZNE	Komputer PC z oprogramowaniem do prezentacji Power Point. Projektor i ekran do odpowiedniego wyświetlania treści wszystkim uczniom podczas zajęć. Możesz przekazać uczniom materiały do ćwiczeń online lub wydrukować.
POTRZEBNE ZASOBY	Plik PowerPoint z prezentacją materiału do zajęć oraz plik pdf z ćwiczeniami wzmacniającymi, wersja do druku lub online. Każdy student potrzebuje jednego egzemplarza.



OPIS ZAJĘĆ/AKTYWNOŚCI

Część 1: Wyjaśnienie teoretyczne nauczyciela

Prezentacja nauczyciela rozpocznie się od przedstawienia podstawowych pojęć dotyczących funkcjonalności kręgosłupa i ruchów z nim związanych. Dodatkowo należy podkreślić pojęcie funkcjonalnej jednostki kręgosłupa (Functional Spine Unit - FSU).

Nauczyciel będzie kontynuował omawianie prawidłowych funkcji biomechanicznych kręgosłupa, dzieląc wyjaśnienie na: górny odcinek szyjny kręgosłupa, dolny odcinek szyjny kręgosłupa, odcinek piersiowy kręgosłupa, odcinek lędźwiowy kręgosłupa, odcinek krzyżowy i odcinek kości ogonowej.

Po powyższym, nauczyciel wyjaśni funkcję kręgosłupa i jego obciążenia w różnych pozycjach spoczynkowych, a także w codziennych czynnościach tak ważnych jak noszenie ciężarów czy chodzenie.

Na koniec, nauczyciel może podsumować główne zagadnienia zajęć.

Część 2: Zajęcia praktyczne dla uczniów

Uczniowie muszą zapamiętać kluczowe elementy biomechaniki kręgosłupa za pomocą obrazków, które muszą uzupełnić brakującymi słowami.

ZADANIA, KTÓRE NALEŻY ROZWIĄZAĆ PODCZAS ZAJĘĆ

Aby w pełni zrozumieć pojęcia omawiane podczas zajęć, student powinien następnie rozwiązać zadanie pn "Działanie wzmacniające" pdf.

ZADANIA DO WYKONANIA PRZEZ STUDENTA POZA ZAJĘCIAMI (jeśli konieczne)

Po zakończeniu zajęć i prezentacji pojęć, uczniowie powinni zweryfikować PDF z treścią jednostki dydaktycznej lub prezentacją PowerPoint (wg preferencji nauczyciela).

METODOLOGIA OCENY

Nauczyciel może zastosować metodę oceny, którą uzna za stosowną. Prawidłowe odpowiedzi do zadania wzmacniającego znajdują się na końcu tego samego dokumentu.

Wsparcie Komisji Europejskiej dla produkcji tej publikacji nie stanowi poparcia dla treści, które odzwierciedlają jedynie poglądy autorów, a Komisja nie może zostać pociągnięta do odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

