

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2019/2020

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.B8.FWFiDF	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Fizjologia wysiłku fizycznego i diagnostyka fizjologiczna <i>Physiology of physical exertion and physiological diagnostics</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Fizjoterapia
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	jednolite magisterskie
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Specjalność*	-
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	WO, Instytut Fizjoterapii
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	Dr n. biol. Kornelia Niemyska
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	Dr n. biol. Kornelia Niemyska
1.9. Kontakt	41 349 69 54

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	P/K – Podstawowy/Kierunkowy
2.2. Język wykładowy	polski
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	III
2.4. Wymagania wstępne*	Wiedza z zakresu fizjologii człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem fizjologii układów krążenia, oddechowego, hormonalnego.

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć			wykłady, ćwiczenia
3.2. Miejsce realizacji zajęć			zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć			zaliczenie z oceną, egzamin
3.4. Metody dydaktyczne			Wykłady - Prezentacje multimedialne Ćwiczenia - Praca w grupach, prezentacje multimedialne, słowne objaśnienie
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Górski J. Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014. 2. Jaskólski A., Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka. Wydawnictwo AWF, Wrocław 2002.	
	uzupełniająca	1. Górski J. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. Wydawnictwo, Lekarskie PZWL, Warszawa 2015. 2. Ronikier A. Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2008.	

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami z zakresu klasyfikacji wysiłku fizycznego i zmianami adaptacyjnymi organizmu pod wpływem wysiłku. C2. Zapoznanie studentów z metodami diagnostycznymi wysiłku fizycznego. Ćwiczenia: C1. Nabycie umiejętności praktycznych w zakresie oceny stanu sprawności człowieka po wysiłku fizycznym.	
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Podstawy fizjologii wysiłku. Zaopatrzenie tlenowe podczas wysiłków fizycznych. 2. Zmiany zachodzące w krwi i układzie krążenia podczas trwania wysiłków fizycznych. 3. Wpływ wysiłku na układ wydzielania wewnętrznego. 4. Wpływ wysiłku na równowagę kwasowo-zasadową. 5. Wysiłek fizyczny w różnych temperaturach otoczenia. 6. Wysiłek fizyczny w różnych chorobach. 7. Zmęczenie. Przetrenowanie. Ćwiczenia: 1. Ocena obciążeń wysiłkiem. Skala Borga. Próg mleczanowy. 2. Badanie zmian hemodynamicznych podczas i po zakończeniu wysiłku szybkościowego i wytrzymałościowego. 3. Ocena poziomu wydolności na podstawie progu przemian anaerobowych (PPA). 4. Termoregulacja wysiłkowa. Sposoby eliminacji ciepła podczas wysiłków fizycznych.	

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	Definiuje pojęcia wysiłku fizycznego, zmęczenia, procesów fizjologicznych zachodzących w spoczynku, podczas trwania i po zakończeniu wysiłku fizycznego	FIZJ_W02 - wykazuje się szczegółową wiedzą z zakresu: procesów metabolicznych na poziomie komórkowym, narządowym i ustrojowym zachodzących w spoczynku i w wysiłku fizycznym oraz procesów fizjologicznych i biochemicznych skutków bezczynności oraz adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego
W02	Wyjaśnia i uzasadnia wiedzę teoretyczną dotyczącą zmian fizjologicznych zachodzących w organizmie człowieka na przykładzie układu mięśniowo-szkieletowego	FIZJ_W03 - prezentuje rozszerzoną wiedzę w zakresie budowy i funkcji organizmu człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem układu mięśniowo-szkieletowego oraz jego sterowania podczas aktywności fizycznej
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi prawidłowo ocenić i interpretować stan czynnościowy organizmu i zastosować odpowiedni zabieg regeneracyjny po wysiłku fizycznym	FIZJ_U021 - potrafi prowadzić dokumentację dotyczącą: - działań diagnostycznych i fizjoterapeutycznych - jednostek i instytucji prowadzących działalność w zakresie fizjoterapii
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Omawia i przedstawia propozycje w zakresie diagnostyki fizjologicznej	FIZJ_K01 - jest świadomy konieczności posiadania wiedzy z wielu dyscyplin naukowych, pluralizmu teoretyczno-metodologicznego w nauce, wartości krytycznej oceny doniesień naukowych

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	..
W01	x									x						x					
W02	x									x						x					
U01	x				x					x						x					
K01										x						x					

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	61%-68% wyniku egzaminu pisemnego
	3,5	69%-76% wyniku egzaminu pisemnego
	4	77%-84% wyniku egzaminu pisemnego
	4,5	85%-92% wyniku egzaminu pisemnego
	5	93%-100% wyniku egzaminu pisemnego
ćwiczenia (C)*	3	61%-68% punktów możliwych do uzyskania
	3,5	69%-76% punktów możliwych do uzyskania
	4	77%-84% punktów możliwych do uzyskania
	4,5	85%-92% punktów możliwych do uzyskania
	5	93%-100% punktów możliwych do uzyskania

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	30	20
Udział w wykładach	15	10
Udział w ćwiczeniach	15	10
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	20	30
Przygotowanie do wykładu	5	5
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium	10	15
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium	5	10
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)