

KARTA PRZEDMIOTU
Rok akademicki 2020/2021

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.B8.FWFiBoDF	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Fizjologia wysiłku fizycznego i bólu oraz diagnostyka fizjologiczna <i>Physiology of physical effort and pain as well as physiological diagnostics</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Fizjoterapia</i>
1.2. Forma studiów	<i>Stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>Jednolite magisterskie</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	<i>Dr n. biol. Kornelia Niemyska</i>
1.6. Kontakt	<i>41 349 69 54</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	<i>polSKI</i>
2.2. Wymagania wstępne*	<i>Wiedza z zakresu fizjologii człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem fizjologii układów krążenia, oddechowego, hormonalnego.</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>wykłady, ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną, egzamin</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykłady - Prezentacje multimedialne Ćwiczenia - Praca w grupach, prezentacje multimedialne, słowne objaśnienie	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Górski J. <i>Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego</i> . Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014. 2. Jaskólski A., <i>Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka</i> . Wydawnictwo AWF, Wrocław 2002. 3. Wordliczek J. Dobrogowski J. <i>Leczenie bólu</i> . Rozdz. 1. Mechanizmy powstania bólu. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2007.
	uzupełniająca	1. Górski J. <i>Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego</i> . Wydawnictwo, Lekarskie PZWL, Warszawa 2015. 2. Ronikier A. <i>Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji</i> . Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2008.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
<p>Wykłady:</p> <p>C1. Zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami z zakresu klasyfikacji wysiłku fizycznego i zmianami adaptacyjnymi organizmu pod wpływem wysiłku.</p> <p>C2. Zapoznanie studentów z metodami diagnostycznymi wysiłku fizycznego.</p> <p>C.3. Zapoznanie studentów z mechanizmem powstawania bólu.</p> <p>Ćwiczenia:</p> <p>C1. Nabycie umiejętności praktycznych w zakresie oceny stanu sprawności człowieka po wysiłku fizycznym.</p>
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
<p>Wykłady:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Klasyfikacja wysiłku fizycznego i zmiany adaptacyjne organizmu pod wpływem wysiłku. 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. Klasyfikacja bólu oraz metody jego oceny. 6. Zasady oceny stanu sprawności człowieka po wysiłku fizycznym. 7. Zmęczenie. Przetrenowanie.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	40	20
<i>Udział w wykładach</i>	20	10
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	20	10
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	10	30
<i>Przygotowanie do wykładu/egzaminu</i>	7	20
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	3	10
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

**niepotrzebne usunąć*

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

.....