

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2018/2019

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C15.A	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Antropomotoryka Anthropomotorics
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	pierwszego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Specjalność*	nauczycielska
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	WO, Instytut Fizjoterapii
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	Dr n. o kf. Tomasz Winiarczyk
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	Dr n. o kf. Tomasz Winiarczyk
1.9. Kontakt	twiniarczyk@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	P/K - podstawowy/kierunkowy
2.2. Język wykładowy	język polski
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	II
2.4. Wymagania wstępne*	Podstawy anatomii, antropologii, fizjologii i biochemii

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK, sala gimnastyczna UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną, egzamin	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: informacyjny Ćwiczenia: ćwiczenia, dyskusja, pokaz, objaśnienie	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Osiński W., Antropomotoryka. AWF. Poznań 2003. 2. Raczek J., Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie. PZWL. Warszawa 2010. 3. Wilczewski A., Chaliburda I., Saczuk J. Antropomotoryka. Przewodnik do ćwiczeń. PZWL. Warszawa 2011.
	uzupełniająca	1. Kasa J., Gabrys T., Szmatlan-Gabrys U., Gornel K. Wstęp do antropomotoryki sportu dla wszystkich z elementami teorii sportu. Warszawa-Oświęcim 2012. 2. Szopa J., Mleczko E., Żak S. Podstawy antropomotoryki. PWN. Warszawa-Kraków 1996. 3. Zajac A., Wilk M., Popręcki S., Bacik B. Współczesny trening siły mięśniowej. AWF. Katowice 2009.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Poznanie terminologii związanej ze sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka, C2. Systematyzowanie i uogólnianie wiedzy o istocie oraz właściwościach motoryczności człowieka, Ćwiczenia: C1. Diagnozowanie i dobieranie form aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, C2. Analizowanie znaczenia rozwoju motorycznego i możliwości jego skutecznej stymulacji w procesie treningowym.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Motoryczność ludzka jako przedmiot teoretycznego poznania. 2. Sprawność fizyczna i motoryczność człowieka: podstawowe pojęcia i aspekty. 3. Rozwój motoryczny człowieka w procesie ontogenezy. 4. Genetyczne uwarunkowania predyspozycji i zdolności motorycznych. 5. Środowiskowe i morfologiczne uwarunkowania sprawności fizycznej.

Ćwiczenia:

1. Teoretyczne przesłanki procesu uczenia się i nauczania ruchu.
2. Zdolności motoryczne oraz ich zmienność w ontogenezie.
3. Pomiar w badaniach nad sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka.
4. Metody oceny sprawności fizycznej.
5. Podstawowe przesłanki w konstrukcji i realizacji programu aktywności fizycznej.
6. Aktywność fizyczna w optymalizacji masy i składu ciała.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY :		
W01	Zna terminologię stosowaną w naukach o rozwoju motorycznym.	WF1P_W01 - posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu nauk biologicznych związanych z rozwojem człowieka
W02	Posiada wiedzę z zakresu oceny rozwoju sprawności motorycznej.	WF1P_W06 - zna metody oceny rozwoju fizycznego i sprawności motorycznej oraz metody biomechanicznej diagnozy układu ruchu człowieka
W03	Opanował materiał z zakresu sprawności fizycznej i motorycznej człowieka.	WF1P_W16 - posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI :		
U01	Zna zasady posługiwania się aparaturą pomiarową w zakresie pomiarów sprawności fizycznej.	WF1P_U03 - posiada umiejętność posługiwania się aparaturą oraz urządzeniami pomiarowymi potrzebnymi do testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej
U02	Potrafi ocenić rozwój ucznia w zakresie komponentów somatycznych i motorycznych.	WF1P_U04 - posiada umiejętność diagnozowania rozwoju somatycznego i motorycznego ucznia oraz postawy ciała ucznia
U03	Zna programy aktywności fizycznej dopasowując je do odpowiednich dyscyplin w zależności od wieku oraz zaawansowania treningowego.	WF1P_U07 - posiada umiejętności w zakresie udzielania wskazówek dotyczących doboru form aktywności fizycznej i dyscyplin dostosowanych do wieku i stanu zdrowia ucznia, oceny jego wydolności fizycznej
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH :		
K01	Przygotowany jest do stałego uzupełniania wiedzy zgodnie z nowymi trendami w naukach o motoryczności człowieka.	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	Świadomy jest podejmowania aktywności fizycznej w regularny sposób zna znaczenie aktywności fizycznej i ruchowej w trosce o dobre zdrowie fizyczne i psychiczne.	WF1P_K07 - jest przekonany o sensie, wartości i potrzebie uczestnictwa w aktywności fizycznej, docenia znaczenie wychowania fizycznego w dbałości o ciało, jest świadomy jak wielką wartością jest zdrowie zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i społecznym
K03	Docenia potrzebę stałej dbałości o zdrowie i sprawność fizyczną jako wzorzec do naśladowania i prezentowania prawidłowych postaw.	WF1P_K08 - rozumie potrzebę dbałości o swój poziom sprawności fizycznej niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, promowania zdrowego stylu życia oraz kształtowania postaw prozdrowotnych i prosomatycznych

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	+				+						+			+			+				
W02	+				+						+			+			+				
W03	+				+						+			+			+				
U01											+										
U02											+										
U03											+										
K01	+										+						+				
K02	+										+						+				
K03	+										+						+				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	50-60% punktów z egzaminu pisemnego
	3,5	61-70% punktów z egzaminu pisemnego
	4	71-80% punktów z egzaminu pisemnego
	4,5	81-90% punktów z egzaminu pisemnego
	5	91-100% punktów z egzaminu pisemnego
ćwiczenia (C)*	3	50-60% punktów z kolokwium
	3,5	61-70% punktów z kolokwium
	4	71-80% punktów z kolokwium
	4,5	81-90% punktów z kolokwium
	5	91-100% punktów z kolokwium

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	40	25
Udział w wykładach*	15	10
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	25	15
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*		
Inne (jakie?)*		
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	35	50
Przygotowanie do wykładu*	10	15
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	10	20
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*	15	15
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
Inne (jakie?)*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3	3

*niepotrzebne usunąć

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

.....