**KARTA PRZEDMIOTU**

**rok akademicki 2015/2016**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | *16.1-7WF-B/C11-Antr* | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | ***Antropomotoryka***  *Anthropomotorics* |
| angielskim |

* 1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | *Wychowanie Fizyczne* |
| **1.2. Forma studiów** | *studia stacjonarne / studia niestacjonarne* |
| **1.3. Poziom studiów** | *studia pierwszego stopnia licencjackie* |
| **1.4. Profil studiów** | *praktyczny* |
| **1.5. Specjalność** | *nauczycielska* |
| **1.6. Jednostka prowadząca przedmiot** | *WO, Instytut Fizjoterapii* |
| **1.7. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu** | *Dr Tomasz Winiarczyk, Dr Małgorzata Markowska* |
| **1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot** | *Dr Tomasz Winiarczyk* |
| **1.9. Kontakt** | *winiarczyk@poczta.onet.pl* |

* 1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Przynależność do modułu** | *P/K-podstawowy/kierunkowy* |
| **2.2. Status przedmiotu** | *obowiązkowy* |
| **2.3. Język wykładowy** | *polski* |
| **2.4. Semestry, na których realizowany jest przedmiot** | *II* |
| **2.5. Wymagania wstępne** | Podstawy anatomii, antropologii , fizjologii i biochemii |

**3. FORMY, SPOSOBY I METODY PROWADZENIA ZAJĘĆ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Formy zajęć** | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | ***Nazwa grupy*** | ***Forma zajęć*** | ***Liczba studentów w grupie*** | ***Studia stacjonarne*** | ***Studia niestacjonarne*** | | *W-*  *wykładowa* | *wykłady* | *liczba studentów danego roku* | *15h – kontaktowe*  *20h - niekontaktowe* | *10h – kontaktowe*  *30h - niekontaktowe* | | *C- ćwiczeniowa* | *ćwiczenia* | *25-30* | *30h – kontaktowe*  *10h – niekontaktowe* | *20h – kontaktowe*  *15h - niekontaktowe* | |
| * 1. **Sposób realizacji zajęć** | | *zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK, sala gimnastyczna UJK* |
| * 1. **Sposób zaliczenia zajęć** | | *Egzamin, zaliczenie z oceną* |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | *Wykład informacyjny, ćwiczenia, dyskusja, pokaz, objaśnienie* |
| * 1. **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., Gabryś T., Szmatlan-Gabryś 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. *Zając A., Wilk M., Poprzęcki S., Bacik B. Współczesny trening siły mięśniowej. AWF. Katowice 2009* |

**4.CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu**   *C1 – poznanie terminologii związanej ze sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka,*  *C2 – systematyzowanie i uogólnianie wiedzy o istocie oraz właściwościach motoryczności człowieka,*  *C3 – diagnozowanie i dobieranie form aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej,*  *C4 – analizowanie znaczenia rozwoju motorycznego i możliwości jego skutecznej stymulacji w procesie treningowym.* |
| * 1. **Treści programowe**   *Motoryczność ludzka jako przedmiot teoretycznego poznania. Sprawność fizyczna i motoryczność człowieka: podstawowe pojęcia i aspekty. Rozwój motoryczny człowieka w procesie ontogenezy. Genetyczne uwarunkowania predyspozycji i zdolności motorycznych. Środowiskowe i morfologiczne uwarunkowania sprawności fizycznej. Teoretyczne przesłanki procesu uczenia się i nauczania ruchu. Zdolności motoryczne oraz ich zmienność w ontogenezie. Pomiar w badaniach nad sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka. Metody oceny sprawności fizycznej. Podstawowe przesłanki w konstrukcji i realizacji programu aktywności fizycznej. Aktywność fizyczna w optymalizacji masy i składu ciała.* |
| * 1. **Przedmiotowe efekty kształcenia (mała, średnia, duża liczba efektów)** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **kod** | **Student, który zaliczył przedmiot** | ***Stopień nasycenia efektu kierunkowego***  ***[+] [++] [+++]*** | **Odniesienie do efektów kształcenia** | |
|  | w zakresie **WIEDZY:** |  | dla kierunku | dla obszaru |
| W01 | *Posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu nauk biologicznych związanych z rozwojem człowieka.* | **++** | WF1P\_W01 | M1\_W01  M1\_W10 |
| W02 | *Zna metody oceny rozwoju fizycznego i sprawności motorycznych oraz metody biomechanicznej diagnozy układu ruchu człowieka.* | **+++** | WF1P\_W06 | M1\_W03 |
| W03 | *Posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka.* | **++** | WF1P\_W16 | M1\_W10 |
|  | w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** |  |  |  |
| U01 | *Posiada umiejętność posługiwania się aparaturą oraz urządzeniami pomiarowymi potrzebnymi do testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.* | **++** | WF1P\_U03 | M1\_U01  M1\_U02 |
| U02 | *Posiada umiejętność diagnozowania rozwoju motorycznego ucznia.* | **+++** | WF1P\_U04 | M1\_U04  M1\_U05 |
| U03 | *Posiada umiejętności w zakresie udzielania wskazówek dotyczących doboru form aktywności ruchowej i dyscyplin dostosowanych do wieku i stanu zdrowia ucznia, oceny jego wydolności fizycznej (nie tylko w sporcie wyczynowym).* | **++** | WF1P\_U07 | M1\_U07 |
|  | w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** |  |  |  |
| K01 | *Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie.* | **++** | WF1P\_K01 | M1\_K01 |
| K02 | *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.* | **++** | WF1P\_K07 | M1\_K09 |
| K03 | *Rozumie potrzebę dbałości o swój poziom sprawności fizycznej niezbędnej do promowania zdrowego stylu życia oraz kształtowania postaw prozdrowotnych i prosomatycznych.* | **++** | WF1P\_K08 | M1\_K09 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny osiągniętych efektów kształcenia dla każdej formy zajęć** | | | | |
| **na ocenę 3** | **na ocenę 3,5** | **na ocenę 4** | **na ocenę 4,5** | **na ocenę 5** |
| od 50% przyswojonego zrealizowanego materiału osobno ćwiczeń i wykładów | od 60%  przyswojonego zrealizowanego materiału osobno ćwiczeń i wykładów | od 70%  przyswojonego zrealizowanego materiału osobno ćwiczeń i wykładów | od 80%  przyswojonego zrealizowanego materiału osobno ćwiczeń i wykładów | od 90%  przyswojonego zrealizowanego materiału osobno ćwiczeń i wykładów |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Metody oceny dla każdej formy zajęć** | | | | | | | |
| **Egzamin ustny** | **Egzamin pisemny** | **Projekt** | **Kolokwium** | **Zadania domowe** | **Referat Sprawozdania** | **Dyskusje** | **Inne** |
|  | *X(w)* |  | *X (ćw)* |  |  |  |  |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** | |
| **Studia**  **stacjonarne** | **Studia**  **niestacjonarne** |
| *LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/* | *45* | *30* |
| *Udział w wykładach* | *15* | *10* |
| *Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach... itd.* | *30* | *20* |
| *Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym itp.* |  |  |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | *30* | *45* |
| *Przygotowanie do wykładu* | *10* | *15* |
| *Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium itp.* | *10* | *15* |
| *Przygotowanie do egzaminu/kolokwium* | *10* | *15* |
| *Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa* |  |  |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***75*** | ***75*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **3** | **3** |

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

*.....................................................................................* *................................................*