

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2019/2020

Kod przedmiotu	0114-7WF-DIII0-WRP	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Wspomaganie restytucji powysiłkowej</i> Power restoration post-exercise
	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	Mgr Szczepan Wójcik
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	Mgr Szczepan Wójcik
1.9. Kontakt	41 349 69 54

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	S – specjalnościowy II (Odnowa Biologiczna)
2.2. Język wykładowy	język polski
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	VI
2.4. Wymagania wstępne*	Podstawy anatomii oraz fizjologii człowieka

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	ćwiczenia
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne	Ćwiczenia: opis, objaśnienie, instruktaż, pokaz z opisem, objaśnieniem, instruktażem, metoda symulacyjna
3.5. Wykaz literatury	podstawowa 1. Jaskólski A. (red.). Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka. Wyd. AWF we Wrocławiu, 2002. 2. Berul C.: Badanie układu sercowo-naczyniowego u młodych sportowców. 3. Medycyna Praktyczna – pediatria. 2003.22(4): 125-130. Komentarz: Popczyńska-Marek M. 4. Dobrzański T.: Medycyna wychowania fizycznego i sportu. Wybrane zagadnienia, AWF Kraków 1984. 5. Feinstein R.: Badanie lekarskie kwalifikujące do udziału w zajęciach sportowych – odpowiedzialność pediatry. Medycyna Praktyczna pediatria. 2003.22(4)
	uzupełniająca Dziak A., Nazar K.: Medycyna sportowa. Wybrane zagadnienia. Prespol Warszawa 2011

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu
Ćwiczenia: C1 - Zdobycie wiedzy z zakresu urazów, uszkodzeń, dysfunkcji i zmian przeciążeniowych w sporcie, sposobów ich leczenia oraz możliwości postępowania leczniczego.
4.2. Treści programowe
Ćwiczenia: 1. Opieka lekarska nad dziećmi i młodzieżą uprawiającą sport 2. Badanie dodatkowe wykonywane u kandydatów do sportu. 3. Badanie elektrokardiograficzne EKG. 4. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	zna czynność układu krążenia podczas wysiłku sportowego.	WF1P_W03 - jest świadomy funkcjonowania układów fizjologicznych organizmu człowieka podczas spoczynku, wysiłku i w okresie powysiłkowym
W02	zna i rozumie mechanizmy zmęczenia, przetrenowania, uzależnienia od wysiłku sportowego. Stres a sport . Genetyka w sporcie. Zespół długu czasowego w sporcie.	WF1P_W06 - zna metody oceny rozwoju fizycznego i sprawności motorycznej oraz metody biomechanicznej diagnozy układu ruchu człowieka
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	posiada umiejętność oceny wpływu wysiłku fizycznego na organizm człowieka wydolności fizycznej, tolerancji wysiłkowej. Fizjologiczne zasady treningu sportowego	WF1P_U10 - potrafi interpretować wyniki podstawowych wskaźników: morfologicznych, fizjologicznych, biofizycznych pozwalających diagnozować stan organizmu
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	ma świadomość własnych ograniczeń i konieczności uczenia ustawicznego się	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/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				
K01					x						x						x				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	61%-68%
	3,5	69%-76%
	4	77%-84%
	4,5	85%-92%
	5	93%-100%

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	15	10
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	15	10
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	10	15
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	10	15
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*		
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	25	25
PUNKTY ECTS za przedmiot	1	1

*niepotrzebne usunąć

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

.....