

# PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

## KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2013/2014

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Fizjoterapia

Profil: Praktyczny

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 12.6

Stopień studiów: I

Specjalności: bez specjalności

### 1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Fizjologia wysiłków fizycznych
KOD PRZEDMIOTU	IKF 12.6 PIS D1 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty uzupełniające
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1
SEMESTRY	4

### 2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LABORATORYJNE/ SEMINARIUM	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
4	15				

### 3 CELE PRZEDMIOTU

**Cel 1** Opanowanie wiedzy o czynnościach i funkcji poszczególnych układów fizjologicznych człowieka w różnym wieku

**Cel 2** Znajomość reakcji fizjologicznych organizmu na wysiłki fizyczne o różnej intensywności u ludzi w różnym wieku.

**Cel 3** Poznanie laboratoryjnych metod pomiaru podstawowych wskaźników fizjologicznych przydatnych w diagnozowaniu obciążenia ustroju pracą, fizyczna i ocenie wydolności fizycznej organizmu.

**Cel 4** Nabycie umiejętności wykonywania pomiarów/oznaczeń podstawowych wskaźników fizjologicznych.



## 4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Znajomość procesów fizjologicznych i biochemicznych zachodzących w organizmie człowieka.

## 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

**EK1** Wiedza: Student definiuje pojęcia o czynności i funkcjonowaniu poszczególnych układów fizjologicznych organizmu człowieka w różnym wieku.

**EK2** Wiedza: Student objaśnia współdziałanie poszczególnych układów fizjologicznych organizmu i zna reakcje ustroju na wysiłki fizyczne u osób w różnym wieku.

**EK3** Umiejętności: Student potrafi przeprowadzać oznaczenia i pomiary podstawowych wskaźników fizjologicznych.

**EK4** Umiejętności: Umiejętności: Student potrafi interpretować wyniki badań, sporządzić raport i na tej podstawie dobrać bodźce fizyczne adekwatne do możliwości wysiłkowych organizmu człowieka na danym etapie ontogenezy.

## 6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD		
LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Wprowadzenie do fizjologii wysiłku i fizjologii rozwojowej.	2
W2	Morfo-funkcjonalna charakterystyka organizmu w wieku rozwojowym a reakcje organizmu na wysiłki fizyczne o różnej intensywności.	2
W3	Reakcje fizjologiczne organizmu na wysiłki fizyczne u dzieci i młodzieży.	2
W4	Wydolność fizyczna i czynniki determinujące jej poziom.	2
W5	Zmiany wydolności fizycznej w ontogenezie (wskaźniki tlenowej i beztlenowej komponenty wydolności fizycznej).	2
W6	Rola rozgrzewki w wychowaniu fizycznym dzieci i młodzieży.	2
W7	Rodzaje testów wysiłkowych stosowanych do celów diagnostycznych i oceny wydolności fizycznej organizmu dzieci i młodzieży.	3
	RAZEM	15

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Wykłady



## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	15
Konsultacje przedmiotowe	1
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
<b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	1
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	8
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>	<b>25</b>
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1

## 9 SPOSOBY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

F1 Zaliczenie pisemne

### KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student definiuje z błędami pojęcia o czynności i funkcjonowaniu poszczególnych układów fizjologicznych organizmu człowieka w różnym wieku.	wykład	Zaliczenie pisemne
NA OCENĘ 4	Student poprawnie definiuje pojęcia o czynności i funkcjonowaniu poszczególnych układów fizjologicznych organizmu człowieka w różnym wieku.		
NA OCENĘ 5	Student biegle definiuje pojęcia o czynności i funkcjonowaniu poszczególnych układów fizjologicznych organizmu człowieka w różnym wieku.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student z błędami objaśnia współdziałanie poszczególnych układów fizjologicznych organizmu i zna reakcje ustroju na wysiłki fizyczne u osób w różnym wieku.	wykład	Zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Student objaśnia współdziałanie poszczególnych układów fizjologicznych organizmu i zna reakcje ustroju na wysiłki fizyczne u osób w różnym wieku.		
NA OCENĘ 5	Student biegle objaśnia współdziałanie poszczególnych układów fizjologicznych organizmu i zna reakcje ustroju na wysiłki fizyczne u osób w różnym wieku.		



EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student potrafi nieprecyzyjnie przeprowadzać oznaczenia i pomiary podstawowych wskaźników fizjologicznych.	wykład	Zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Student potrafi precyzyjnie przeprowadzać oznaczenia i pomiary podstawowych wskaźników fizjologicznych.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi biegle przeprowadzać oznaczenia i pomiary podstawowych wskaźników fizjologicznych.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Student potrafi niedokładnie interpretować wyniki badań, sporządzić raport i na tej podstawie dobrać bodźce fizyczne adekwatne do możliwości wysiłkowych organizmu. cz lowieka na danym etapie ontogenezy.	wykład	Zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Student potrafi interpretować wyniki badań, sporządzić raport i na tej podstawie dobrać bodźce fizyczne adekwatne do możliwości wysiłkowych organizmu.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi biegle interpretować wyniki badań, sporządzić raport i na tej podstawie dobrać bodźce fizyczne adekwatne do możliwości wysiłkowych organizmu.		

**OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)**

Zaliczenie pisemne.

**WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU**

a Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach.

**10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU**

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	K_W01, K_W02, K_U09, K_U15	Cel1, Cel2, Cel3, Cel4	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7	M1
EK2	K_W01, K_W02, K_U09, K_U15	Cel1, Cel2, Cel3, Cel4	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7	M1
EK3	K_W01, K_W02, K_U09, K_U15	Cel1, Cel2, Cel3, Cel4	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7	M1
EK4	K_W01, K_W02, K_U09, K_U15	Cel1, Cel2, Cel3, Cel4	W1, W2, W3, W4, W5, W6, W7	M1



## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] W. F. Ganong — *Fizjologia*, Warszawa, 2009, PZWL
- [2] S. Kozłowski, K. Nazar — *Wprowadzenie do fizjologii klinicznej*, Warszawa, 2000, PZWL
- [3] M. Zatoń, A. Jastrzębska — *Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej*, Warszawa, 2010, PWN
- [4] K. Birch, D. MacLaren, K. George — *Fizjologia Sportu Krótkie wykłady*, Warszawa, 2009, PWN
- [5] J. Górski — *Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego*, Warszawa, 2006, PZWL
- [6] R. Kubica — *Podstawy fizjologii pracy i wydolności fizycznej*, Kraków, 1995, AWF Kraków

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] R.A. Robergs, S.O. Roberts — *Exercise physiology*, New York, 2000, McGraw Hill
- [2] A. Ronikier — *Fizjologia Sportu*, Warszawa, 2001, Centralny Ośrodek Sportu

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Tomasz Cisoń (kontakt: tomekcison@wp.pl)

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Tomasz Cisoń (kontakt: tomekcison@wp.pl)

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik zakładu)	(dyrektor instytutu)
---------------------	-------------------------------	---------------------	----------------------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....