

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2013/2014

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Wychowanie fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i specjalizacją instruktorską
wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i gimnastyką korekcyjną
wychowanie fizyczne z gimnastyką korekcyjną i specjalizacją instruktorską

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Antropomotoryka
KOD PRZEDMIOTU	IKF 16.1 AIS B1 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2
SEMESTRY	4

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LAB./ SEMINARIUM/ ZAJ. WARSZT.	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
4	15		30		

3 CELE PRZEDMIOTU

Cel 1 Nabycie umiejętności diagnozowania i doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.

Cel 2 Poznanie metod pomiaru wybranych parametrów ruchu człowieka.

Cel 3 Poznanie zasad testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.



4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Uzyskanie zaliczenia przedmiotu anatomia człowieka, biochemia, antropologia.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Student posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka.

EK2 Umiejętności: Student potrafi dokonywać doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej.

EK3 Umiejętności: Student posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.

EK4 Wiedza: Student zna metody pomiaru podstawowych parametrów ruchu.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Antropomotoryka w systemie nauk kultury fizycznej.	1
W2	Sprawność fizyczna i motoryczność człowieka strona potencjalna i efektywna, predyspozycje, zdolności, umiejętności.	4
W3	Sprawność fizyczna w koncepcji health-related-fitness.	4
W4	Rozwój motoryczny w procesie ontogenezy.	6
	RAZEM	15

ĆWICZENIA LAB./SEMINARIUM/ZAJ. WARSZT.

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
L1	Kształtowanie konstytucji człowieka. Implikacje teoretyczne i praktyczne.	8
L2	Aktywność fizyczna osób starszych.	4
L3	Aktywność fizyczna w optymalizacji składu tkankowego ciała.	6
L4	Ocena sprawności fizycznej na podstawie testu EUROFIT oraz przedstawienie wyników na tle różnych grup odniesienia.	8
L5	Prognozowanie dorosłej wysokości ciała jako czynnik istotny w doborze dyscypliny sportu wśród dzieci.	4
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Ćwiczenia laboratoryjne

M2 Dyskusja

M3 Praca w grupach

M4 Wykłady



8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	1
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	1
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	1
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 SPOSOBY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1 Kolokwium

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	student zna podstawową terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka.	ćwiczenia lab./ seminarium/ zaj. warszt.	Kolokwium, waga 100%
NA OCENĘ 4	student zna podstawową terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka, z drobnymi nieścisłościami.		
NA OCENĘ 5	Student doskonale rozróżnia podstawową terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student potrafi z pomocą nauczyciela akademickiego dokonywać doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej.	wykład	Egzamin-waga 100%
NA OCENĘ 4	Student potrafi dokonywać doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, z drobnymi nieścisłościami.		



NA OCENĘ 5	Student potrafi bezbłędnie dokonywać doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student zna kryteria testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.	ćwiczenia lab./ seminarium/ zaj. warszt.	Praca z wynikami testu EUROFIT- waga 100%
NA OCENĘ 4	Student posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej, z drobnymi nieścisłościami.		
NA OCENĘ 5	Student posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Student z pomocą nauczyciela akademickiego dobiera metody pomiaru podstawowych parametrów ruchu.	wykład	Egzamin-waga 100%
NA OCENĘ 4	Student właściwie dobiera metody pomiaru podstawowych parametrów ruchu.		
NA OCENĘ 5	Student doskonale dobiera metody pomiaru podstawowych parametrów ruchu.		

OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)

Ocenę końcową stanowi w 50% ocena z ćwiczeń i w 50% ocena z egzaminu.

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

a Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest pozytywne zaliczenie ćwiczeń i egzaminu.

b Ocenę końcową stanowi w 50% ocena z ćwiczeń i w 50 % ocena z egzaminu.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	KN_W22, KN_W17	Cel1	W1, W2, W3, W4, L1, L2	M2, M3, M4
EK2	KN_U06	Cel1	W2, W4, L1, L3, L5	M2, M4
EK3	KN_U06, KN_U05, KN_U02	Cel3	W2, W3, L4	M1, M2, M3
EK4	KN_W17	Cel2	W2, W3, L3	M2



11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Szopa J., Mleczko E., Żak S. — *Podstawy antropomotoryki*, Warszawa-Kraków, 1996, PWN.
- [2] Osiński W. — *Antropomotoryka*, Poznań, 2003, AWF.
- [3] Raczek J., Mynarski W., Liakh V. — *Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych*, Katowice, 2004, Zysk i S-ka.
- [4] Talaga J. — *Sprawność fizyczna ogólna - testy*, Poznań, 2004, Zysk i S-ka.
- [5] Przewęda R. — *Rozwój somatyczny i motoryczny*, Warszawa, 1981, WSiP.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Grabowski H., Szopa J. — *EUROFIT, Europejski Test Sprawności Fizycznej.*, Kraków, 1989, Wydawnictwo Skryptowe nr 103 AWF Kraków
- [2] Chrzanowska M. (red.) — *Dziecko nowosądeckie- normy rozwoju somatycznego i sprawności fizycznej dzieci oraz młodzieży Nowego Sącza.*, Nowy Sącz, 2010, Wydawnictwo Naukowe PWSZ w Nowym Sączu.

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Izabela Adamowicz (kontakt: izaadamowicz@gmail.com)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Izabela Adamowicz (kontakt: izaadamowicz@gmail.com)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

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

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....