

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2013/2014

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Sport

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Antropomotoryka
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Anthropomotorics
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASD1
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalistyczne
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	6

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
6	26	26	0	0	0

3 CELE PRZEDMIOTU

Cell Przedstawienie współczesnych poglądów na temat uwarunkowań i przejawów motoryczności człowieka, omówienie zmian sprawności motorycznej współczesnego człowieka w ontogenezie (aspekty ilościowe), zasady i metody oceny sprawności motorycznej, uwarunkowani środowiskowe i genetyczne predyspozycji somatycznych i funkcjonalnych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Ogólna znajomość budowy aparatu ruchowego człowieka, czynniki wpływające na rozwój fizyczny i motoryczny człowieka, posługiwanie się siatkami centylowymi, znajomość czynników warunkujących wydolność organizmu.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: zna terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka

EK2 Wiedza: funkcjonalnego układu ruchu człowieka, posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności motorycznej

EK3 Wiedza: posiada umiejętność diagnozowania i doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności motorycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Przedmiot, zadania, zakres zainteresowań oraz pochodzenie przedmiotu antropomotoryka. Wieloznaczność terminu motoryka. Antropomotoryka w systemie nauk o kulturze fizycznej.	1
W2	Strony motoryczności człowieka. Wieloaspektowość działań motorycznych. Krytyka pojęcia cecha motoryczna. Jakościowe cechy ruchu.	1
W3	Ogólny schemat struktury motoryczności człowieka. Definicja predyspozycji. Podział predyspozycji: morfologiczno-strukturalne, energetyczne, koordynacyjne i psychiczne.	2
W4	Zdolności motoryczne definicje i klasyfikacje. Zdolności kondycyjne (siłowe, szybkościowe, wytrzymałościowe) - definicje, podziały i sposoby pomiaru.	4
W5	Koordynacyjne zdolności motoryczne definicje i klasyfikacje wg różnych koncepcji. Metody oceny koordynacyjnych zdolności motorycznych.	3
W6	Kryteria oceny zdolności koordynacyjnych. Podstawowe metody kształtowania koordynacyjnych zdolności motorycznych. Znaczenie koordynacji ruchowej w sporcie.	3
W7	Strona efektywna motoryki człowieka. Sprawność motoryczna a sprawność fizyczna relacje. Klasyfikacja umiejętności ruchowych. Umiejętności ruchowe a uzdolnienia ruchowe wzajemne relacje.	3
W8	Czynności ruchowe człowieka i ich systematyka.	2
W9	Podstawowe pojęcia i metody badań na temat wpływu czynników genetycznych i środowiskowych na poziom cech strukturalnych i funkcjonalnych.	2
W10	Genetyka populacyjna. Istota dziedziczenia poligenicznego. Człowiek jako obiekt badań genetycznych.	1
W11	Metody oceny siły kontroli genetycznej. Wskaźnik odziedziczalności jego interpretacja. Siła kontroli genetycznej cech w zależności od płci i okresu ontogenezy.	2
W12	Ocena siły kontroli genetycznej cech somatycznych i funkcjonalnych przegląd badań rodzinnych oraz bliźniąt. Odziedziczalność a wytrenowalność znaczenie praktyczne przy naborze i selekcji do sportu.	2



WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
	RAZEM	26

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Organizacja zajęć, określenie wymagań przy zaliczeniu przedmiotu, podanie tematyki ćwiczeń wraz z krótką charakterystyką, podanie literatury przedmiotu. Wyjaśnienie terminu antropomotoryka oraz charakterystyka podstawowych pojęć stosowanych w dalszej części kursu.	2
Ć2	Charakterystyka zamian motoryczności człowieka w aspekcie filogenetycznym, źródła wiedzy o motoryczności, obraz motoryki naszych przodków, czynniki wpływające na rozwój różnych form aktywności ruchowej w aspekcie filogenetycznym, obraz motoryki współczesnego człowieka jako wypadkowa rozwoju filogenetycznego.	2
Ć3	Rozwój ruchów człowieka w ontogenezie. Periodyzacja ontogenezy. Charakterystyka rozwoju ruchowego (aspekty jakościowe) w poszczególnych etapach rozwoju ontogenetycznego. Zmienność ontogenetyczna zdolności motorycznych (siłowych, szybkościowych, wytrzymałościowych oraz koordynacyjnych) na tle ich predyspozycji. Ogólne prawidłowości rozwoju zdolności kondycyjnych i koordynacyjnych w ontogenezie.	4
Ć4	Wprowadzenie w problematykę testowania sprawności motorycznej, trudności związane z oceną właściwości motorycznych człowieka, pomiar asocjatywny, zasady konstruowania testów motorycznych, umowny podział testów motorycznych, korzyści płynące z monitorowania sprawności motorycznej, pojęcie normy w odniesieniu do sprawności motorycznej.	4
Ć5	Przegląd i krytyczna ocena wybranych testów sprawności motorycznej. Podsumowanie testów oraz własna propozycja miernika to oceny sprawności motorycznej w warunkach szkolnych.	2
Ć6	Somatyczne i rozwojowe uwarunkowania sprawności motorycznej, relatywna ocena sprawności motorycznej, historyczne ujęcie, przegląd stosowanych testów wraz z metodami relatywizacji wyników.	2
Ć7	Relatywna ocena sprawności motorycznej zajęcia praktyczne na przykładzie wybranych testów umożliwiających relatywizację wyników.	2
Ć8	Uzdolnienia ruchowe definicje oraz podłoże, umiejętności a uzdolnienia wzajemne relacje, przegląd i ocena wybranych testów uzdolnień ruchowych.	2
Ć9	Aktywność fizyczna definicje i rodzaje, sposoby oceny aktywności fizycznej, znaczenie aktywności fizycznej w różnych okresach ontogenezy.	2
Ć10	Pojęcie dymorfizmu płciowego jego przyczyny i skutki, kształtowanie się zjawiska dymorfizmu płciowego w zakresie właściwości strukturalnych oraz funkcjonalnych, dymorfizm płciowy a sprawność motoryczna, ocena dymorfizmu płciowego w różnych dyscyplinach sportowych, diagnostyka dymorfizmu płciowego w wykorzystaniem różnych metod zajęcia praktyczne.	2
Ć11	Podsumowanie zrealizowanych zagadnień, zaliczenie pisemne omawianej tematyki.	2
	RAZEM	26



7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Praca z podręcznikiem
- M3 Wykłady
- M4 Praca w grupach

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	52
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	15
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	8
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Aktywność na zajęciach
----	------------------------

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
----	-----------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Obecność na zajęciach, opanowanie treści programowych.
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Obecność na ćwiczeniach, zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Obecność na ćwiczeniach, aktywność na zajęciach, dyskusja, zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 5	Obecność na ćwiczeniach, aktywność na zajęciach, dyskusja, prezentacja referatu, prezentacje multimedialne, zaliczenie pisemne.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Obecność na ćwiczeniach, znajomość budowy aparatu ruchu człowieka, zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Obecność na ćwiczeniach, znajomość budowy aparatu ruchu człowieka, znajomość najczęściej stosowanych testów sprawności motorycznej, zaliczenie pisemne.



NA OCENĘ 5	Obecność na ćwiczeniach, znajomość budowy aparatu ruchu człowieka, znajomość najczęściej stosowanych testów sprawności motorycznej, ocena testów sprawności motorycznej, zaliczenie pisemne.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Obecność na ćwiczeniach, znajomość diagnozowania aktywności fizycznej, zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 4	Obecność na ćwiczeniach, znajomość diagnozowania aktywności fizycznej, znajomość komponentów sprawności fizycznej, zaliczenie pisemne.
NA OCENĘ 5	Obecność na ćwiczeniach, znajomość diagnozowania aktywności fizycznej, znajomość komponentów sprawności fizycznej, znajomość roli zwiększonej aktywności fizycznej u człowieka, zaliczenie pisemne.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W15, K_U01, K_U02, K_U05	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 Ć1 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8	M1 M2 M3 M4	F1 P1
EK2	K_U06, K_U10	Cel1	W7	M1 M2 M3 M4	F1 P1
EK3	K_U02, K_U06, K_U10	Cel1	W8 W9 Ć2 Ć3	M1 M2 M3 M4	F1 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Szopa J., Mleczko E., Żak S. — *Podstawy antropomotoryki.*, Warszawa-Kraków., 1996, Wydawnictwo Naukowe PWN.
- 2 Osiński W. — *Antropomotoryka.*, Poznań, 2000, AWF Poznań, 49
- 3 Raczek J. — *Antropomotoryka.*, Katowice, 2010, Wydawnictwo Lekarskie Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Raczek J., Mynarski W., Ljach W. — *Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych. Podręcznik dla nauczycieli, trenerów i studentów.*, Katowice, 2003, AWF, Katowice.

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab Janusz Jaworski (kontakt: janusz.jaworski@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Przemysław Bujas (kontakt: przemyslaw.bujas@awf.krakow.pl)
dr Janusz Jaworski (kontakt: janusz.jaworski@awf.krakow.pl)



prof. dr hab. Vladimir Liakh (kontakt: vladimir.liakh@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....