

## SYLABUS PRZEDMIOTU

**Fizjologia wysiłku fizycznego**

**Liczba punktów ECTS: 1**

**Kod Przedmiotu: A08**

**Kategoria przedmiotu/modułu: Biomedyczne podstawy fizjoterapii**

<b>Kierunek studiów:</b>	Fizjoterapia
<b>Forma studiów:</b>	Stacjonarne
<b>Poziom studiów:</b>	Jednolite studia magisterskie
<b>Profil studiów</b>	Praktyczny
<b>Jednostka prowadząca:</b>	Wydział Nauk o Zdrowiu
<b>Język wykładowy:</b>	Polski
<b>Koordinator przedmiotu:</b>	dr Iwona Gilowska

### 1. Sumaryczna liczba godzin

Forma kształcenia		Łączna liczba godzin
<b>Bezpośredni kontakt z nauczycielem akademickim</b>	Wykład	5
	Laboratoria	-
	Ćwiczenia	20
	Seminaria	-
	Konsultacje	-
Godziny studenta		5
<b>SUMA GODZIN</b>		<b>30</b>

### 2. Formy zaliczenia przedmiotu

Forma zajęć	Liczba godzin	Semestr	Rok studiów	Forma zaliczenia przedmiotu (E, Z/O, Z)
Wykład	5	VII	IV	E
Seminaria	-	-	-	-
Ćwiczenia	20	VII	IV	Z

### 3. Cel przedmiotu

**C1.** Przekazanie studentom rozszerzonej wiedzy teoretycznej z zakresu funkcjonowania organizmu człowieka w oparciu o indywidualne uwarunkowania

**C2.** Wyrobienie umiejętności stosowania testów fizjologicznych i ich interpretacja

**C3.** Student posiada rozszerzoną wiedzę teoretyczną z zakresu teorii treningu sportowego oraz kształcenie umiejętności stosowania treningu sportowego

#### 4. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i postaw

1. Znajomość zagadnień z zakresu fizjologii ogólnej
2. Umiejętność pracy samodzielnej
3. Umiejętność pracy zespołowej

#### 5. Oczekiwane efekty uczenia się

Nr efektu	Szczegółowe efekty uczenia się (wg. STANDARDU KSZTAŁCENIA PRZYGOTOWUJĄCEGO DO WYKONYWANIA ZAWODU FIZJOTERAPEUTY Dz. U. 2019 poz. 1573)	Metody weryfikacji efektów uczenia się (egzamin, kolokwium, prezentacja, praca samokształceniowa, dyskusja, dziennik, obserwacja pracy studenta, analiza przypadku, .....)			
		Praca samokształceni owa	Zaliczenie	Obserwacja pracy studenta	Egzamin

#### Wiedza

W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:

A.W9.	kinezyologiczne mechanizmy kontroli ruchu i regulacji procesów metabolicznych zachodzących w organizmie człowieka oraz fizjologię wysiłku fizycznego	+	+		+
-------	--	---	---	--	---

#### Umiejętności

W zakresie umiejętności absolwent potrafi

A.U6.	przeprowadzić ocenę zdolności wysiłkowej, tolerancji wysiłkowej, poziomu zmęczenia i przetrenowania		+	+	
-------	---	--	---	---	--

#### 6. Kryteria oceny efektów uczenia się

na ocenę 2.0	na ocenę 3.0	na ocenę 3.5	na ocenę 4.0	na ocenę 4.5	na ocenę 5
Student nie opanował zakładanych efektów uczenia się	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 55-64%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 65-74%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 75-84%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 85-94%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 95-100%

#### 7. Treści programowe

L.p.	Tematyka
1.	Fizjologia wysiłku fizycznego oraz teoria treningu sportowego.
2.	Podział metod treningowych.
3.	Biomechaniczne markery zmęczenia ustrojowego i narządowego.
4.	Typowa zdolność wysiłkowa, biegowa zdolność wysiłkowa, pływacka zdolność wysiłkowa, sprinterska zdolność wysiłkowa i inne.
5.	Fizjologiczne i biomechaniczne znaczenie wysiłku treningowego.
6.	Zaliczenie przedmiotu.

#### 8. Narzędzia dydaktyczne

(prezentacja multimedialna, programy komputerowe, filmy, plansze, sprzęt specjalistyczny, narzędzia, odczynniki)

## 9. Literatura podstawowa i uzupełniająca

### Literatura podstawowa:

1. Czarkowska-Pączek B.: Zarys fizjologii wysiłku fizycznego: podręcznik dla studentów. Wrocław 2006
2. Górski J. Red. : Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego: podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego i akademii medycznych. W-wa 2001
3. Jaskólski A.: Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka. Wrocław AWF 2005

### Literatura uzupełniająca:

1. Anatomia funkcjonalna dla studentów fizjoterapii. Łódź 2010
2. Gajewski J.: Wpływ wybranych form wysiłku fizycznego na posturalne drżenie fizjologiczne kończyny górnej. W-wa AWF 2007
3. Mastalerz A.: Reakcja układu mięśniowego na wysiłki o maksymalnej intensywności. W-wa AWF 2008

**Sylabus obowiązuje dla naboru od: 1 października 2021 r.**