

Antropomotoryka - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Antropomotoryka
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-Antrp
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2019/2020

Informacje o przedmiocie	
Semestr	6
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	• dr Mateusz Rynkiewicz

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Wykład	15	1	9	0,6	Egzamin
Laboratorium	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Celem nauczania jest zapoznanie studentów z uwarunkowaniami, przejawami i strukturą motoryczności człowieka z uwzględnieniem okresów ontogenezy oraz implikacji pedagogicznych związanych z rosnącą rolą ruchu jako elementu profilaktyki zdrowia.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z zakresu anatomii, fizjologii, biochemii, biomechaniki.

Zakres tematyczny

Wykłady:

1. Antropomotoryka jako dyscyplina naukowa i pedagogiczna.
2. Definicje motoryczności. Rozwój problematyki motoryczności człowieka. Kierunki badań nad motorycznością człowieka na świecie i w Polsce.
3. Przedmiot i koncepcje teorii motoryczności. Miejsce teorii motoryczności w systemie nauk kultury fizycznej. Metody i techniki badawcze w teorii motoryczności.
4. Filogenetyczny rozwój motoryczności człowieka.
5. Rozwój motoryczny człowieka w ontogenezie.
6. Genetyczne uwarunkowania zdolności motorycznych.
7. Środowiskowe uwarunkowania motoryczności.
8. Morfologiczne uwarunkowania motoryczności człowieka.
9. Wybrane zagadnienia gerokinezyjologii (aktywność fizyczna a zmiany inwolucyjne w aspekcie uwarunkowań zdrowotnych).

Laboratorium:

1. Szybkość jako kondycyjna zdolność motoryczna.
2. Wytrzymałość jako kondycyjna zdolność motoryczna.
3. Siła jako kondycyjna zdolność motoryczna.
4. Koordynacyjne zdolności motoryczne.
5. Przykładowe testy do oceny kondycyjnych i koordynacyjnych zdolności motorycznych.
6. Zasady prowadzenia pomiarów.
7. MTSF i EUROFIT.

8. Ruch a zdrowie człowieka.
9. Ruch a oddychanie.
10. Symetria i asymetria czynności ruchowych.
11. Kształt kręgosłupa w świetle motoryki człowieka.
12. Zasady tworzenia i realizacji programów aktywności fizycznej

Metody kształcenia

Metody słowne, wykład z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, dyskusja, wyjaśnienie.

Metody eksponujące: film, pokaz.

Metoda tekstu przewodniego, praca z książką, praca z dokumentem źródłowym, dyskusja panelowa.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy związane z wykonywaniem zawodu	• K1_U02	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja • obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium
Zna wartość ćwiczeń fizycznych dla zachowania dobrostanu człowieka. Ma podstawową wiedzę o organizacji pracy nauczyciela wychowania fizycznego, instruktora, jako animatora i kreatora aktywności fizycznej w instytucjach i placówkach oświatowo-wychowawczych. Zna stan aktualny oraz kierunki zmian systemu wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej w Polsce.	• K1_W04	• test egzaminacyjny z progami punktowymi • test końcowy	• Wykład • Laboratorium
Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, w tym przestrzega zasad bezpieczeństwa pracy	• K1_U06	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja • obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium
Potrafi planować, projektować i realizować działania z zakresu testowania motoryczności osób w różnym wieku z uwzględnieniem obowiązujących norm i oraz dostępnych warunków	• K1_U02 • K1_U05	• test końcowy	• Wykład • Laboratorium
Potrafi współdziałać i pracować w grupie, rozwijać i wpajać postawy uczciwej rywalizacji sportowej i zasad fair play	• K1_K04	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja • obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykłady z przedmiotu kończą się egzaminem w formie pisemnej (testowo-opisowej) zgodnym z podanymi kryteriami na podstawie testu z progami punktowymi. Ocena pozytywna to uzyskanie minimum 50% punktów. Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest pozytywna ocena z konwersatorium.

Konwersatoria : warunkiem zaliczenia jest obecność na zajęciach, uzyskanie pozytywnych ocen częściowych z kolokwium oraz dodatkowo za aktywność (prezentacje, plakaty, projekty własne), oraz uzyskanie minimum 50% punktów z testu końcowego.

Ocena końcowa z przedmiotu jest średnią arytmetyczną końcowych ocen z egzaminu i konwersatorium.

Literatura podstawowa

1. Dobosz J. (2012), Tabele punktacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic szkół podstawowych. AWF, Warszawa.
2. Dobosz J. (2012), Tabele punktacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic gimnazjów oraz szkół ponadgimnazjalnych. AWF, Warszawa.
3. Dobosz J. (2012), Kondycja fizyczna dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Siatki centylowe. AWF, Warszawa.
4. Drozdowski Z. (1998), Antropometria w wychowaniu fizycznym, AWF Poznań.
5. Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2013), Medycyna sportowa, PZWL, Warszawa.
6. Ljach W. (2003), Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży. COS, Warszawa.

7. Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R. (2014), Antropologia dla pedagogów z wybranymi zagadnieniami z chronobiologii i ergonomii, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.
8. Mleczek E. (1991), Przebieg i uwarunkowania rozwoju funkcjonalnego dzieci krakowskich między 7a 14 rokiem życia, AWF, Kraków.
9. Osiński W. (red.), (2000), Motoryczność człowieka – jej struktura, zmienność i uwarunkowania, AWF Poznań.
10. Osiński W. (2003) , Antropomotoryka, AWF Poznań.
11. Osiński W. (2013) ,Gerokinezylogia. Nauka i praktyka aktywności fizycznej w wieku starszym. PZWL, Warszawa.
12. Szopa J., Mleczek E., Żak S. (2000), Podstawy antropomotoryki, PWN Warszawa – Kraków.

Literatura uzupełniająca

1. Antropomotoryka, czasopismo AWF w Krakowie.
2. Osiński W. (1988), Wielokierunkowe związki zdolności motorycznych i parametrów morfologicznych. Badania dzieci i młodzieży wielkomejskiej z uwzględnieniem poziomu stratyfikacji społecznej, AWF Poznań.
3. Raczek J., Mynarski W. (1992) , Koordynacyjne zdolności motoryczne dzieci i młodzieży. Struktura wewnętrzna i zmienność osobnicza, AWF Katowice.
4. Raczek J., Mynarski W., Ljach W. (2002), Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych, AWF, Katowice.
5. Ljach W. (2003), Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży. COS, Warszawa.
6. Dobosz J. (2012), Tabele punktacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic szkół podstawowych. AWF, Warszawa.
7. Dobosz J. (2012), Tabele punktacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic gimnazjów oraz szkół ponadgimnazjalnych. AWF, Warszawa.
8. Dobosz J. (2012),Kondycja fizyczna dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Siatki centylowe. AWF, Warszawa.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Grażyna Biczysko (ostatnia modyfikacja: 08-10-2019 18:51)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ