

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: diagnostyka w sporcie osób niepełnosprawnych [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>aktywno fizyczna osób niepełnosprawnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_42N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	5	0	ZO	2
		wykład	5	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>10</b>			<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MONIKA NIEWIADOMSKA</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki wykorzystywanej w sporcie osób niepełnosprawnych Nabywanie kompetencji z zakresu propagowania zachowa prozdrowotnych</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student wie, jakie s kryteria stosowane w kwalifikacji do sportu lub wybranej aktywno ci ruchowej w przypadku osób niepełnosprawnych			K_W01
	2	EP2	student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi rodowiska procesów zachodz cych w organizmie uwzgl dniaj c specyfik aktywno ci fizycznej			K_W03
umiej tno ci	1	EP3	student umie dokona podstawowej klasyfikacji niepełnosprawno ci i klasyfikuje kandydatów do uprawiania sportu osób niepełnosprawnych			K_U11
	2	EP4	stosuje podstawowe metody oceny poziomu sprawno ci w wybranych dyscyplinach sportów wybranych przez osoby niepełnosprawnych i potrafi interpretowa wyniki bada w tym zakresie			K_U12
	3	EP5	konstruuje program aktywno ci sportowo-rekreacyjnej dla osób niepełnosprawnych w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego.			K_U13

kompetencje społeczne	1	EP6	student ma wiadomo konieczno ci krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01		
	2	EP7	student jest gotów do przestrzegania reguł uczciwo ci w nauce, respektowania przepisów prawa odnosz cego si do zagadnie zwi zanych z diagnostyk oraz sportem	K_K02		
	3	EP8	student posiada kompetencje pozwalaj c mu na wykazywanie szacunku i zrozumienia w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zada badawczych	K_K03		
	4	EP9	student jest zorientowany na samodoskonalenie maj ce na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07		
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin		
				w tym e-learning		
Przedmiot: aktywno fizyczna osób niepełnosprawnych						
Forma zaj : wykład						
1. Wprowadzenie do tematyki aktywno ci fizycznej osób niepełnosprawnych - definicje i poj cia			4	1		
2. Uwarunkowania somatyczne, fizjologiczne i motoryczne osób niepełnosprawnych wpływaj ce na podejmowanie aktywno ci fizycznej			4	2		
3. Aktywno fizyczna w profilaktyce pogł biania niepełnosprawno ci			4	1		
4. Zasady podejmowania wysiłku fizycznego przez osoby niepełnosprawne. Diagnoza mo liwo ci fizycznych			4	1		
Forma zaj : wiczenia						
1. Praktyczne aspekty podejmowania wybranych form aktywno ci fizycznej przez osoby niepełnosprawne.			4	4		
2. Konstruowanie programu aktywno ci sportowo-rekreacyjnej dla osób niepełnosprawnych w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego			4	1		
Metody kształcenia	rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne połączone z dyskusj , wiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych					
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	KOLOKWIUM				EP1,EP2	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )				EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników kolokwium obejmuj cego wiedz z wykładów oraz zalecanej literatury					
	Zaliczenie wicze : Warunkiem zaliczenia wicze jest obecno na zaj ciach. Na ocen ko cow maj wpływ: - oceny za aktywno studenta na zaj ciach - wyniki kolokwium					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu					
Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z kolokwium z wykładów w stosunku 1:1. Wszystkie wy ej wymienione elementy musz by zaliczone minimum na ocen dostateczn .						
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot		Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	aktywno fizyczna osób niepełnosprawnych			Arytmetyczna	
	4	aktywno fizyczna osób niepełnosprawnych [ wiczenia]		zaliczenie z ocen		
	4	aktywno fizyczna osób niepełnosprawnych [wykład]		zaliczenie z ocen		

Literatura podstawowa	Chojnacki K. (2007): Turystyka osób niepełnosprawnych intelektualnie jako forma rehabilitacji fizycznej, psychicznej i społecznej, AWF Kraków, Kraków
	Halemba P. (2013): Turystyka, wychowanie fizyczne i rehabilitacja osób niepełnosprawnych, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice
	Łobo ewicz T. (2000): Turystyka i rekreacja ludzi niepełnosprawnych, Wy sza Szkoła Ekonomiczna, Warszawa
	Pawlikowska-Piechotka A. (2016): Przestrze sportu, rekreacji i turystyki bez barier, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, Warszawa
	Roniker A. (1997): Diagnostyka czynno ciowa osób niepełnosprawnych. Cz.1, Zało enia ogólne., AWF Warszawa, Warszawa
	Roniker A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera., AWF Warszawa, Warszawa

Literatura uzupełniają ca	Janiszewski M. (1989): Rekreacja ruchowa dla osób niepełnosprawnych, Uniwersytet Łódzki, Łód
	Kwasnik Z. i i wsp. (2009): Wybrane zagadnienia z podstaw rehabilitacji, fizjoterapii, aktywno ci ruchowej osób niepełnosprawnych, ta ca towarzyskiego, Radomska Szkoła Wy sza, Radom
	Skowro ski W. (2006): Sprawno motoryczna osób niepełnosprawnych intelektualnie w 1993 i 2004 roku w Polsce, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, Warszawa

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zaj cia dydaktyczne	<b>10</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>10</b>	
Studiowanie literatury	<b>15</b>	
Udział w konsultacjach	<b>3</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>anatomia człowieka (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2979_5N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	laboratorium	15	ZO	7
		wykład	15	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>7</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr EL BIETA SIE KO-AWIERIANÓW</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>-- -- dr EL BIETA SIE KO-AWIERIANÓW</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie studentów z budow ciała człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem narz du ruchu Nabycie kompetencji do pracy zespołowej</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	<b>student zna i opisuje budow wszystkich układów organizmu człowieka oraz wyja nia zasady ich funkcjonowania</b>	<b>K_W01</b>	
umiej tno ci	1	EP2	<b>posługuje si w praktyce mianownictwem anatomicznym oraz wykorzystuje znajomo topografii narz dów ciała ludzkiego</b>	<b>K_U02</b>	
	2	EP3	<b>potrafi wskaza poło enie poszczególnych ko ci, mi ni, narz dów w ciełe człowieka</b>	<b>K_U02</b>	
kompetencje społeczne	1	EP4	<b>student jest gotów do krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy oraz posiada kompetencje pozwalaj c na profesjonalne wykorzystanie jej w swojej pracy zawodowej a tak e ma potrzeb stałego pogł biania swojej wiedzy</b>	<b>K_K07 K_K10</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>anatomia człowieka</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Ogólna budowa narz du ruchu narz du ruchu człowieka. Wła ciwo ci morfo-funkcjonalne układu kostnego. Budowa anatomiczna ko ci.</b>			1	4	
2. <b>Poł czenia ko ci - poł czenia ciste i wolne. Budowa i podział stawów oraz czynno ci poszczególnych stawów.</b>			1	2	
3. <b>Wła ciwo ci morfo-funkcjonalne układu mi niowego. Klasyfikacja mi ni. Analiza ruchów wykonywanych przez poszczególne grupy mi niowe.</b>			1	3	
4. <b>Budowa narz dów wewn trznych i układu nerwowego człowieka oraz ich funkcje z punktu widzenia aktywno ci fizycznej człowieka.</b>			1	6	
Forma zaj : <b>laboratorium</b>					
1. <b>Szkielet osiowy i obwodowy.</b>			1	2	
2. <b>Stawy i mi nie ko czyny górnej .</b>			1	4	
3. <b>Stawy i mi nie ko czyny dolnej.</b>			1	4	

4. Mięśnie grzbietu, klatki piersiowej i brzucha.		1	2		
5. Budowa i funkcje układu nerwowego oraz narządów wewnętrznych.		1	3		
Metody kształcenia	Zajęcia praktyczne, Praca z wykorzystaniem modeli anatomicznych oraz atlasów anatomicznych, Wykład, Prezentacje multimedialne				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2,EP3		
	KOŁOKWIUM		EP1,EP2,EP3,EP4		
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZECZ OBSERWACJ )		EP1,EP2,EP3,EP4		
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze : -2 kolokwia w semestrze, - bieżące przygotowanie do zajęć , - aktywność na zajęciach. Zaliczenie wykładów na podstawie testu. Egzamin pisemny: obejmuje wiedzę z zakresu przedmiotu w formie pytań otwartych. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest zaliczenie wicze oraz egzaminu na ocenę minimum dostateczną .				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena z przedmiotu w 50% stanowi ocena z wicze i w 50% ocena z egzaminu.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	anatomia człowieka		Arytmetyczna	
	1	anatomia człowieka [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
	1	anatomia człowieka [wykład]	egzamin		
Literatura podstawowa	Glińska B., Szczepanowska E. (2006): Kompendium z anatomii funkcjonalnej narządu ruchu człowieka. , Wyd. Naukowe US , Szczecin				
	Marecki B. (2004): Anatomia funkcjonalna w zakresie studiów wychowania fizycznego i fizjoterapii. , Wyd. AWF Poznań , Poznań				
	Siekora-Awierianów E., Chudecka M., Szczepanowska E., Jarska K., Górnik K. (2010): Kompendium z anatomii funkcjonalnej organów wewnętrznych i układu nerwowego człowieka. , Wyd. Naukowe US, Szczecin				
Literatura uzupełniająca	Krechowiecki A., Czerwiński F. (2015): Zarys anatomii człowieka., PZWL , Warszawa				
	Sobotta J. (2012): Atlas anatomii człowieka. T. I-430, T. II-408, Wydawnictwo Medyczne Urban & Partner , Warszawa				
	Woźniak W. (2001): Anatomia człowieka., Wydawnictwo Medyczne Urban & Partner , Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
Zajęcia dydaktyczne		30			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		2			
Przygotowanie się do zajęć		43			
Studiowanie literatury		45			
Udział w konsultacjach		10			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		0			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		45			
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>175</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>7</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>anatomia funkcjonalna z elementami antropometrii (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2979_14N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	laboratorium	10	ZO	4
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. KATARZYNA KLAPCZY SKA			
Prowadz cy zaj cia:		dr n. med. KATARZYNA KLAPCZY SKA			
Cele przedmiotu:		Student powinien przyswoi wiedz z zakresu funkcjonowania narz du ruchu człowieka, ze szczególnym uwzgl dnieniem mi ni ko czyn działaj cych na poszczególne stawy.			
Wymagania wst pne:		W - Student powinien posiada wiedz z zakresu budowy narz du ruchu człowieka. U - Student samodzielnie organizuj prac , dyskutuje na wybrane tematy. K - Student wykazuje kreatywno w działaniu, pracuje samodzielnie i zespołowo.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	Student zna i opisuje budow czynnego narz du ruchu.	K_W01 K_W08	
	2	EP2	Student ma wiedze na temat czynnika morfologicznego jako istotnej determinanty w sporcie	K_W11 K_W13	
umiej tno ci	1	EP3	Student posiada umiej tno dostrzegania zale no ci pomi dzy strukturami anatomicznymi a odpowiadaj cymi im mechanizmami fizjologicznymi	K_U02 K_U05 K_U14	
	2	EP4	Student potrafi posługiwa si podstawowym sprz tem- modelami anatomicznymi, instrumentarium antropometrycznym, potrafi wykona pomiary ciała oraz wykorzysta wiedz z zakresu budowy i proporcji ciała w kontek cie doboru i selekcji sportowej	K_U02 K_U05 K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP5	Student ma wiadomo poziomu swojej wiedzy i umiej tnie, profesjonalnie wykorzystuje j w swojej pracy zawodowej a tak e ma potrzeb stałego pogł biania swojej wiedzy	K_K02 K_K07 K_K10	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>anatomia funkcjonalna z elementami antropometrii</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Linie, płaszczyzny i okolice ciała człowieka				2	1
2. Podział topograficzny i czynno ciowy mi ni				2	1
3. Analiza ruchów wykonywanych przez poszczególne mi nie i grupy mi niowe				2	3
Forma zaj : <b>laboratorium</b>					
1. Omówienia zasad pomiarów ciała człowieka i instrumentarium antropometrycznego, omówienie budowy ciała człowieka jako czynnika determinuj cego osi ganie wysokich wyników w sporcie				2	2

2. Punkty antropometryczne głowy i twarzy, cefalometria , interpretacja wyliczonych wskaźników głowy i twarzy		2	2		
3. Punkty antropometryczne ciała człowieka, pomiar długości, szerokości i obwodów ciała (somatometria)		2	4		
4. Wyliczanie proporcji ciała i interpretacja wyników		2	1		
5. Pomiar fałdów skórno-tłuszczowych, omówienie wskaźników odżywczych i składu ciała, wyjaśnienie pojęcia asymetrii i jej znaczenia w sporcie		2	1		
Metody kształcenia	Wykład, prezentacje multimedialne, ćwiczenia z modelami anatomicznymi i atlasami, specjalistyczne pomiary antropometryczne, wyliczanie wskaźników, praktyczna ocena stanu odżywienia osobnika.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	<b>KOŁOKWIUM</b>		<b>EP1,EP2,EP3,EP4</b>		
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>		<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5</b>		
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie ćwiczeń :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kolokwium ,</li> <li>- bieżące przygotowanie do zajęć ,</li> <li>- aktywność na zajęciach.</li> </ul> <p>Zaliczenie wykładów na podstawie testu.  <b>Egzamin pisemny: obejmuje wiedzę z zakresu przedmiotu w formie pytań otwartych.</b>  <b>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest zaliczenie ćwiczeń oraz egzaminu na ocenę minimum dostateczną .</b></p> <p>Zasady wyliczania oceny z przedmiotu</p> <p><b>Ocenę końcową w 50% stanowi ocena z ćwiczeń i w 50% ocena z testu z wykładów.</b></p>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	anatomia funkcjonalna z elementami antropometrii		Arytmetyczna	
	2	anatomia funkcjonalna z elementami antropometrii [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
	2	anatomia funkcjonalna z elementami antropometrii [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Delavier F. (2009): Atlas treningu siłowego, Wyd. Lekarskie PZWL				
	Glińska B.Szczepanowska E. (2006): Kompendium z anatomii funkcjonalnej narządu ruchu człowieka., US 155				
	Malinowski A. (1999): Wstęp do Antropologii i Ekologii Człowieka, Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź				
	Marecki B. (2004): Anatomia funkcjonalna w zakresie studiów wychowania fizycznego i fizjoterapii., Wyd. AWF, Poznań ,				
Literatura uzupełniająca	Łaska-Mierzejewska T. (1999): Antropologia w sporcie i wychowaniu fizycznym , Wyd. AW, Warszawa				
	Sobotta J. (2002): Atlas anatomii człowieka. T.I - 430, T II- 408, Urban & partner				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
Zajęcia dydaktyczne		<b>15</b>			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		<b>2</b>			
Przygotowanie się do zajęć		<b>30</b>			
Studiowanie literatury		<b>21</b>			
Udział w konsultacjach		<b>2</b>			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		<b>0</b>			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		<b>30</b>			
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>100</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>4</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>antropomotoryka (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2987_7N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	laboratorium	10	ZO	6
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>20</b>		<b>6</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. JUSTYNA KRZEPOTA</b>			
Prowadz cy zaj cia:					
Cele przedmiotu:		<b>Umiej tno ci posługiwania si terminami zwi zanymi ze sprawno ci fizyczn i motoryczno ci człowieka; odpowiedniego doboru metod oceny i post powania w badaniach nad aktywno ci fizyczn , sprawno ci fizyczn i motoryczno ci .</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	<b>wymienia i opisuje kryteria poprawno ci testu w badaniach nad sprawno ci fizyczn i motoryczno ci</b>	<b>K_W02</b>	
	2	EP2	<b>wymienia i rozró nia przykładowe testy sprawno ci fizycznej dla dzieci i młodzie y, dorosłych i osób starszych oraz charakteryzuje metody pomiaru aktywno ci fizycznej</b>	<b>K_W05</b>	
	3	EP3	<b>wymienia metody oddziaływania wysiłkiem fizycznym, omawia zasady realizacji programu treningu. charakteryzuje główne elementy konstrukcji programu treningu oraz struktur jednostki treningowej</b>	<b>K_W11</b>	
	4	EP4	<b>definiuje koncepcje sprawno ci fizycznej i motoryczno ci człowieka</b>	<b>K_W05</b>	
umiej tno ci	1	EP5	<b>planuje i projektuje prowadzenie bada i prawidłowo doбира metody oceny aktywno ci oraz sprawno ci fizycznej w zale no ci od celu prowadzonych bada</b>	<b>K_U07 K_U09 K_U13</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>jest wiadom niedostatków własnej wiedzy i konieczno ci konsultowania si ze specjalistami</b>	<b>K_K01</b>	
	2	EP7	<b>jest wiadom konieczno ci implementacji wiedzy teoretycznej do praktyki zawodowej</b>	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>antropomotoryka</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Motoryczno ludzka jako przedmiot teoretycznego poznania. Sprawno fizyczna i motoryczno człowieka. Koncepcje motoryczno ci.</b>				1	1
2. <b>Uwarunkowania sprawno ci fizycznej i motoryczno ci człowieka.</b>				1	1



3. Teoretyczne przesłanki procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych.	1	1			
4. Kontrola sprawności fizycznej i rozwoju motorycznego człowieka oraz pomiar aktywności fizycznej.	1	1			
5. Symetria i asymetria człowieka.	1	1			
6. Aktywność fizyczna w optymalizacji masy i składu ciała.	1	1			
7. Aktywność fizyczna a starzenie się osobnika.	1	1			
8. Giętkość ciała? jej uwarunkowania pomiar trening oraz znaczenie.	1	1			
9. Zdolności motoryczne i komponenty sprawności fizycznej ich specyfika, kształtowanie i testowanie.	1	2			
Forma zajęć: laboratorium					
1. Rozwój motoryczny człowieka w procesie ontogenezy.	1	2			
2. Podstawowe przesłanki konstrukcji i realizacji programu aktywności fizycznej.	1	2			
3. Pomiar w badaniach nad sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka przykładowe metody oceny sprawności fizycznej (motorycznej) i aktywności fizycznej.	1	4			
4. Zdolności motoryczne i komponenty sprawności fizycznej ich specyfika, kształtowanie i testowanie.	1	2			
Metody kształcenia	wykład konwersatoryjny, metody poszukujące: problemowe, wiczeniowo-praktyczne (stolików eksperckich), dyskusja (seminaryjna), prezentacja, metody praktyczne				
Metody weryfikacji efektów uczenia się	Nr efektu uczenia się z sylabusu				
	KOŁOKWIUM	EP1,EP2,EP3,EP4			
	PROJEKT	EP5,EP6,EP7			
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZECZ OBSERWACJAMI)	EP5,EP6,EP7			
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie minimum oceny dostatecznej za każdy oceniany element (przygotowanie projektu i przeprowadzenie pomiaru sprawności fizycznej lub aktywności fizycznej, kolokwium pisemne z treści realizowanych na wiczeniach, pisemne zaliczenie z treści realizowanych na wykładach).				
	W okresie nauczania hybrydowego lub wyłącznie nauczania zdalnego nastąpi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na następujące wymagania: warunkiem zaliczenia wicze jest wykonanie wszystkich zadań realizowanych na zajęciach przy wykorzystaniu platformy MS Teams i Moodle oraz zaliczenia na minimum ocen dostatecznych ocenianych elementów (projektu pomiaru sprawności fizycznej w oparciu o wyznaczone kryteria (praca grupowa), zaliczenia testów/quizów na platformie Moodle). Wykłady: Test wyboru i uzupełnień realizowany na platformie dedykowanej zdalnemu nauczaniu obejmujący cały zakres realizowanego materiału				
	Ocen końcową stanowi 40% oceny z zaliczenia wicze i 60% oceny uzyskanej z zaliczenia wykładów.  W okresie wyłącznie nauczania zdalnego nastąpi zmiana metod weryfikacji efektów uczenia się na: - test EP1, EP2, EP3, EP4 - wypowiedzi ustne/pisemne, aktywność w dyskusji EP5, EP6, EP7				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocen końcową stanowi 40% z zaliczenia wicze i 60% oceny z zaliczenia pisemnego wykładów.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	antropomotoryka		Ważona	
	1	antropomotoryka [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,40
	1	antropomotoryka [wykład]	zaliczenie z ocen		0,60
Literatura podstawowa	Osiński W. (2003): Antropomotoryka, AWF Poznań, Poznań.				
	Osiński W.(red) (1996): Motoryczność człowieka - jej struktura zmienna i uwarunkowania, AWF Poznań, Poznań.				
	Przeł. z ang.: H. Grabowski, Szopa J. (1989): Eurofit – Europejski Test Sprawności fizycznej, AWF Kraków, Kraków.				

Literatura uzupełniająca	Drabik J. (1997): Testowanie sprawności fizycznej u dzieci, młodzieży i dorosłych, AWF Gdańsk, Gdańsk.
	Krzepota J., Biernat E., Florkiewicz B. (2013): Poziom aktywności fizycznej słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku o znormalizowanym indeksie masy ciała, <i>Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu</i> , 19, 200–205.
	Krzepota J., Stępiński M., Zwierko T. (2016): Krzepota J., Stępiński M., Zwierko T. (2016): Gaze Control in One Versus One Defensive Situations in Soccer Players With Various Levels of Expertise, Perceptual and Motor Skills, 2016, Vol. 123(3) 769–783.
	Krzepota J., Zwierko T., Puchalska-Niedbał L., Markiewicz M., Florkiewicz B., Lubicki W. (2015): The Efficiency of a Visual Skills Training Program on Visual Search Performance, <i>Journal of Human Kinetics</i> , 46, 235-243.
	Lesiakowski P., Zwierko T., Krzepota J. (2013): Visuospatial attentional functioning in amateur boxers, <i>Journal of Combat Sports and Martial Arts</i> ; 2(2); Vol. 4, 141-144.
	Piasecki L., Florkiewicz B., Krzepota J., Steciuk H., Zwierko T. (2015): TrainerTM — nowoczesna technologia w kontroli procesu treningu sportowego w piłce siatkowej, <i>Marketing i Rynek</i> . nr 11, s. 41-48.
	Raczek J. (2010): <i>Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie</i> , PZWŁ, Warszawa.
	Raczek J., Mynarski W., Ljach W.I. (2002): <i>Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych</i> , AWF Katowice, Katowice.
	Sadowska D., Krzepota J. (2015): Assessment of Physical Activity of People with Visual Impairments and Individuals Who Are Sighted Using the International Physical Activity Questionnaire and Actigraph, <i>Journal of Visual Impairment &amp; Blindness</i> . 109, 2, 119-129.
	Sadowska D., Krzepota J. (2013): Ocena poziomu aktywności fizycznej osób z dysfunkcją narządu wzroku z wykorzystaniem Międzynarodowego Kwestionariusza Aktywności Fizycznej w wersji długiej, <i>Medycyna Sportowa / Polish J Sport Med</i> 2013; 4(4); Vol. 29, 245-253.
Szopa J., Mleczko E., Rak S. (1996): <i>Podstawy antropomotoryki</i> , PWN Warszawa- Kraków, Kraków.	

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>20</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>33</b>
Studiowanie literatury	<b>32</b>
Udział w konsultacjach	<b>8</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>30</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>25</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>150</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>biochemia kliniczna w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_34N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	5
		wykład	15	0	E	
<b>Razem</b>			<b>25</b>			<b>5</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		zapoznanie si z podstawowymi metodami biochemicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych nabycie umiej tno ci pracy laboratoryjne ze szczególnym uwzgl dniem biochemii klinicznej nabycie umiej tno ci interpretacji podstawowych wyników analiz biochemicznych w aspekcie powysiłkowym uzyskanie kompetencji z zakresu konieczno ci ustawicznego dokształcania si oraz propagowania zachowa prozdrowotnych				
Wymagania wst pne:		<b>znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce metaboliczne i zmiany powysiłkowe na poziomie biochemii człowieka			K_W02 K_W04
	2	EP2	omawia biochemiczne aspekty wybranych zmian markerów diagnostyki laboratoryjnej pod wpływem stałego wysiłku fizycznego			K_W13
umiej tno ci	1	EP3	wykazuje umiej tno poprawnego rozpoznawania zaburze metabolicznych i zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada			K_U10 K_U14
	2	EP4	wykonuje analizy biochemiczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce laboratoryjnej pod kierunkiem opiekuna naukowego			K_U02
	3	EP5	umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych			K_U05
kompetencje społeczne	1	EP6	jest gotów do współdziałania i pracy w grupie			K_K05
	2	EP7	aktualizuje swoj wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego			K_K01
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>biochemia kliniczna w sporcie</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						

1. Podstawowe wiadomości definiujące znaczenie biochemii klinicznej w sporcie. Materiał biologiczny w diagnostyce laboratoryjnej. Metody biochemiczne stosowane w diagnostyce laboratoryjnej.		3	3		
2. Gospodarka wodno-elektrolitowa i równowagi kwasowo-zasadowe. Metody biochemiczne stosowane w diagnostyce laboratoryjnej chorób nerek.		3	2		
3. Metody biochemiczne stosowane w badaniach zaburzeń przemiany cukrów.		3	2		
4. Metody biochemiczne stosowane w badaniach zaburzeń przemiany lipidów.		3	2		
5. Metody biochemiczne stosowane w diagnostyce laboratoryjnej chorób w troy. Białka osocza o znaczeniu diagnostycznym.		3	2		
6. Metody biochemiczne stosowane w diagnostyce chorób serca.		3	2		
7. Diagnostyka biochemiczna wrodzonych bloków metabolicznych i innych chorób genetycznych		3	2		
Forma zajęć : laboratorium					
1. Wiadomości wprowadzające.		3	1		
2. Zasady pracy z materiałem biologicznym. Błędy w biochemii klinicznej		3	2		
3. Badanie ogólne moczu.		3	2		
4. Biochemia kliniczna w praktyce sportowej - wybrane markery biochemiczne stosowane w praktyce sportowej		3	4		
5. Podsumowanie wicze		3	1		
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna (wykłady) praca w grupach (wiczenia) wykonywanie do wiadomości laboratoryjnych (wiczenia)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3	
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP4,EP5,EP6,EP7	
Forma i warunki zaliczenia	Egzaminy pisemny obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu  Egzaminy pisemny obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	biochemia kliniczna w sporcie		Ważona	
	3	biochemia kliniczna w sporcie [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,30
	3	biochemia kliniczna w sporcie [wykład]	egzamin		0,70
Literatura podstawowa	Banfi G., Colombini A., Lombardi G., Lubkowska A. (2012): Metabolic markers in sports medicine., Adv Clin Chem 56: 1–54,				
	Dembińska-Kieć A., Naskalski J. W. (2017): Diagnostyka laboratoryjna z elementami biochemii klinicznej., Urban & Partner, Wrocław				
Literatura uzupełniająca	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ciżczyk P. (2014): Could biochemical liver profile help to assess metabolic response to aerobic effort in athletes?, Journal of Strength and Conditioning Research 28, 2180–2186,				
	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Fice K., Moska W., Eider J., Ciżczyk P. (2015): Post-effort changes in activity of traditional diagnostic enzymatic markers in football players' blood, Journal of Medical Biochemistry 34, 179-190				
	Dudzińska W., Hłyśczak A. J. (2008): wiczenia z biochemii klinicznej., Wydawnictwo Naukowe US., Szczecin				
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Ciżczyk P. (2015): Post-effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season., Journal of Strength and Conditioning Research 2015; 29(5): 1399-1405				
	Nowak R., Kostrzewa-Nowak D., Eider J. (2015): Does aerobic effort have beneficial effect on plasma lipid profile among young soccer players?, Trends in Sport Sciences 2015; 3(22): 153-160				
	Tomaszewski J. (2001): Diagnostyka laboratoryjna., Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa				

**NAKŁAD PRACY STUDENTA**

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>25</b>	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>30</b>	
Studiowanie literatury	<b>20</b>	
Udział w konsultacjach	<b>10</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>38</b>	
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>125</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>5</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>biochemia (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2992_4N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	laboratorium	15	ZO	7
		wykład	15	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>7</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>			
Prowadz cy zaj cia:					
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie si z budow i funkcjonowaniem aminokwasów, białek, enzymów, w glowodanów, lipidów, błon biologicznych.</b> <b>Zrozumienie przebiegu i regulacji głównych procesów metabolicznych ze szczególnym uwzgl dnieniem zagadnie biochemii wysiłku fizycznego.</b> <b>Nabywanie umiej tno ci wyja niania mechanizmów przyczynowo-skutkowych procesów yciowych.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>podstawy biologii, fizjologii człowieka, chemii organicznej</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	<b>student omawia budow i funkcje aminokwasów, białek, enzymów, witamin, lipidów, w glowodanów, hormonów i kwasów nukleinowych</b>	<b>K_W02</b>	
	2	EP2	<b>student wymienia i opisuje szlaki metabolizmu podstawowego z elementami przemian po rednich i obja nia zasad spójno ci metabolizmu komórkowego</b>	<b>K_W06</b>	
	3	EP3	<b>student wyja nia wybrane badania z zakresu biochemii wysiłku fizycznego</b>	<b>K_W13</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>student potrafi dokona analizy wybranych parametrów biochemicznych analizowanych w sporcie</b>	<b>K_U02</b>	
	2	EP5	<b>student potrafi wyszukiwa , selekcjonowa i analizowa dane i informacje z zakresu biochemii oraz interpretowa wyniki wybranych bada dotycz cych sprawno ci fizycznej</b>	<b>K_U05</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>student jest wiadom konieczno ci implementacji wiedzy teoretycznej do praktyki zawodowej</b>	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>biochemia</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Molekularne składniki komórki - ich struktura, wła ciwo ci i funkcje; woda i jej znaczenie w przebiegu procesów metabolicznych. Aminokwasy - budowa i wła ciwo ci. Struktura białek i mechanizmy zmian konformacyjnych; współzale no ci struktury i funkcji białek.				1	2
2. Enzymy i koenzymy - budowa i funkcje w metabolizmie komórkowym. Mechanizmy działania enzymów i regulacja ich aktywno ci; kataliza i kinetyka reakcji enzymatycznych.				1	2
3. Budowa i wła ciwo ci lipidów. Błony biologiczne, dynamika ich struktury i transport metabolitów. Budowa i wła ciwo ci w glowodanów.				1	2

4. Metabolizm komórkowy - procesy anaboliczne i kataboliczne. Główne szlaki metaboliczne cukrów, lipidów i zwińzków azotowych. Integracja, koordynacja i regulacja szlaków metabolicznych podczas wysiłku fizycznego.		1	9		
Forma zaj : laboratorium					
1. Zaj cia wprowadzaj ce - zasady pracy w laboratorium, szkolenie BHP, zasady zaliczenia wicze . Praca w laboratorium - dobre praktyki laboratoryjne.		1	2		
2. Aminokwasy - reakcje barwne oraz ilo ciowe oznaczenia aminokwasów.		1	1		
3. Białka - odró nianie białek od wolnych aminokwasów, wła ciwo ci fizykochemiczne białek; metody badania obecno ci/st enia białek, wykorzystanie specyficznych białek w diagnostyce sportowej.		1	2		
4. Hemoglobina - badanie wła ciwo ci spektroskopowych.		1	1		
5. Enzymy - wykazanie aktywno ci enzymów w materiale biologicznym, wpływ wybranych czynników fizykochemicznych na aktywno enzymów. Wykorzystanie enzymów w diagnostyce sportowej.		1	2		
6. Witaminy - wykrywanie wybranych witamin w materiale biologicznym. Lipidy - budowa i funkcje biologiczne. Cukry - reakcje barwne.		1	3		
7. Metabolizm cukrów. Katabolizm białek i tłuszczów.		1	2		
8. Repetytorium - elementy bioenergetyki.		1	1		
9. Podsumowanie i zaliczenie wicze		1	1		
Metody kształcenia	Prezentacja multimedialna, Praca w grupach i indywidualna, Dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusa		
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2,EP3		
	PREZENTACJA		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6		
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6		
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze min na ocen dostateczn oraz zaliczenie tre ci wykładów min. na ocen dostateczn . Obecno na wiczeniach jest obowi zkowa.				
	W okresie nauczania wył cznie zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi: Test obejmuj cy wiedz z wykładów (70% oceny ko cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno ci, aktywno ci (30% oceny ko cowej).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
1. Ocena z wicze stanowi 50% oceny ko cowej z przedmiotu: a) Przygotowanie prezentacji multimedialnej. Ocenie podlega ustne przedstawienie prezentacji. Ocena stanowi 20% oceny z wicze . b) Obecno ci i aktywno na zaj ciach. Ocena stanowi 10% oceny z wicze . c) Kolokwium obejmuj ce zagadnienia omawiane na wiczeniach. Ocena stanowi 70% oceny z wicze . 2. Egzamin pisemny obejmuje wiedz z zakresu przedmiotu. Ocena stanowi 50% oceny ko cowej z przedmiotu. Ka dy z warunków przedstawionych powy ej musi by spełniony co najmniej na ocen dostateczn .					
W okresie nauczania wył cznie zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi: Egzamin testowy (70% oceny ko cowej). Zaliczenie wicze (30% oceny ko cowej).					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	biochemia		Arytmetyczna	
	1	biochemia [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
	1	biochemia [wykład]	egzamin		
Literatura podstawowa	Hübner-Wo niak E., Lutostawska G. (200): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego. , Biblioteka Trenera , Warszawa				
	Murray R.K., Granner D.K., Mayes P.A., Rodwell V.W. (2018): Biochemia Harpera. , PZWL, Warszawa				
	Stryer L., Berg J. M., Tymoczko J. L., Gatto J.G. (2018): Biochemia. , PWN, Warszawa				

Literatura uzupełniająca	Hames D.B., Hooper N.M. (2009): Biochemia. Krótkie wykłady. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa
	Koolman J., Röhm K.-H. (2005): Biochemia. Ilustrowany przewodnik., PZWL, Warszawa
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Cieszczyk P. (2015): Post-effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season, Journal of Strength and Conditioning Research 2015; 29(5): 1399-1405
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Jastrzebski Z., Zarebska A., Bichowska M., Drobnik-Kozakiewicz I., Radzimiński Ł., Leonska-Duniec A., Ficek K., Cieszczyk P. (2015): Effect of 12-week-long aerobic training programme on body composition, aerobic capacity, complete blood count and blood lipid profile among young women. , Biochemia Medica 2015, 25: 103–113

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>30</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>35</b>
Studiowanie literatury	<b>45</b>
Udział w konsultacjach	<b>23</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>40</b>
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>175</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>7</b>



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>biochemia wysiłku fizycznego z elementami bioenergetyki (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_32N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	10	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>20</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. ROBERT NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>zapoznanie si z podstawowymi metodami biochemicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych nabycie gotowo ci do pracy zespołowej nabycie umiej tno ci pracy laboratoryjnej</b>				
Wymagania wst pne:		<b>znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	<b>opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce metaboliczne i zmiany powysiłkowe na poziomie biochemii człowieka</b>			<b>K_W02 K_W04</b>
	2	EP2	<b>omawia bioenergetyczne aspekty wybranych pod wpływem stałego wysiłku fizycznego</b>			<b>K_W13</b>
umiej tno ci	1	EP3	<b>wykazuje umiej tno poprawnego zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada</b>			<b>K_U10 K_U14</b>
	2	EP4	<b>wykonuje analizy biochemiczne i bioenergetyczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce sportowej pod kierunkiem opiekuna naukowego</b>			<b>K_U02</b>
	3	EP5	<b>umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych</b>			<b>K_U05</b>
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>jest gotów do współdziałania i pracy w grupie</b>			<b>K_K05</b>
	2	EP7	<b>aktualizuje swoj wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego</b>			<b>K_K01</b>
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>biochemia wysiłku fizycznego z elementami bioenergetyki</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. <b>Wprowadzenie. Najwa niejsze ró dła energii podczas wysiłku. Metabolizm w glowodanów - glikoliza</b>					3	1
2. <b>Integracja metabolizmu w glowodanów i lipidów - cykl Krebsa, beta-oksydacja</b>					3	2

3. Chemiosmotyczne przekształcanie energii		3	2	
4. Transport cz. steczek przez błony. Uj. cie. ilo. ciowe bioenergetyki		3	2	
5. Chemiosmotyczny obrót protonowy		3	1	
6. Ła. cuch oddechowy jako wł. ciowe miejsce syntezy ATP		3	1	
7. Syntaza ATP i jej rola w wytwarzaniu energii		3	1	
Forma zaj.: laboratorium				
1. Zasady bezpiecznej pracy w laboratorium		3	2	
2. No. niki energii i magazyn energii w organizmie człowieka		3	2	
3. Kinaza keratynowa jako marker biochemiczny w diagnostyce sportowej		3	2	
4. Jak wyposa. y. podr. czne laboratorium trenera?		3	2	
5. Podsumowanie wicze		3	2	
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna (wykłady) praca w grupach (wiczenia) wykonywanie do wiadcze laboratoryjnych (wiczenia)			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM			EP1,EP2,EP3
	ZAJ. CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ.)			EP4,EP5,EP6,EP7
Forma i warunki zaliczenia	Kolokwium pisemne obejmuje wiedz z wykładów (70% oceny ko. cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno. ci, aktywno. ci sprawozda z wykonanych do wiadcze (30% oceny ko. cowej).			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
Metoda obliczania oceny ko. cowej	Kolokwium pisemne obejmuje wiedz z wykładów (70% oceny ko. cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno. ci, aktywno. ci sprawozda z wykonanych do wiadcze (30% oceny ko. cowej).			
	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny
	3	biochemia wysiłku fizycznego z elementami bioenergetyki		Wa. ona
	3	biochemia wysiłku fizycznego z elementami bioenergetyki [laboratorium]	zaliczenie z ocen	
	3	biochemia wysiłku fizycznego z elementami bioenergetyki [wykład]	zaliczenie z ocen	
Literatura podstawowa	Hübner-Wo. niak E., Lutosałwska G. (2000): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego. , Biblioteka Trenera , Warszawa			
	Nicholls , Ferguson (1995): Bioenergetyka 2, Wydawnictwo Nukowe PWN, Warszawa			
Literatura uzupełniają. ca	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ci. szczyk P. (2014): Could biochemical liver profile help to assess metabolic response to aerobic effort in athletes?, Journal of Strength and Conditioning Research 28, 2180–2186,			
	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Fice K., Moska W., Eider J., Ci. szczyk P. (2015): Post-effort changes in activity of traditional diagnostic enzymatic markers in football players' blood, Journal of Medical Biochemistry 34, 179-190			
	Dudzi. ska W., Hły. czak A. J. (2008): wiczenia z biochemii klinicznej. , Wydawnictwo Naukowe US., Szczecin			
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Ci. szczyk P. (2015): Post- effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season. , Journal of Strength and Conditioning Research 2015; 29(5): 1399-1405			
	Nowak R., Kostrzewa-Nowak D., Eider J. (2015): Does aerobic effort have beneficial effect on plasma lipid profile among young soccer players? , Trends in Sport Sciences 2015; 3(22): 153-160			
	Tomaszewski J. (2001): Diagnostyka laboratoryjna., Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa			
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>				
		Liczba godzin		
		W tym e-learning		
Zaj. cia dydaktyczne		<b>20</b>		<b>0</b>

Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>30</b>	
Studiowanie literatury	<b>5</b>	
Udział w konsultacjach	<b>10</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>33</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>biofizyka (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2794_69N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	konwersatorium	10	ZO	2
<b>Razem</b>			<b>10</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		mgr ROBERT TERCZY SKI			
Prowadz cy zaj cia:		-- -- dr NATALIA TARGOSZ- L CZKA			
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z podstawowymi poj ciami i prawami fizycznymi i ich wykorzystanie do opisu zjawisk fizycznych przebiegaj cych w układach biologicznych. Poznanie poj , praw i teorii fizycznych umo liwiaj cych podanie fizycznej interpretacji funkcji w podukładach organizmu. Zrozumienie mechanizmu oddziaływania ró nych czynników fizycznych na człowieka.			
Wymagania wst pne:		Znajomo podstaw fizyki i matematyki z zakresu szkoły redniej.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student wie i rozumie podstawowe poj cia, prawa i teorie umo liwiaj ce fizyczn interpretacje funkcji poszczególnych narz dów i układów oraz procesów w organizmie człowieka	K_W04 K_W05	
	2	EP2	student rozumie i potrafi wytłumaczy podstawowe aspekty budowy i działania aparatury naukowej u ywanych w badaniach biofizycznych	K_W13	
umiej tno ci	1	EP3	stosuj c formalizm matematyczny student potrafi opisa zachodz ce zjawiska w organizmie człowieka i wykaza zale no ci przyczynowo - skutkowych	K_U15	
	2	EP4	analizuje informacje w literaturze fachowej w zakresie tematycznym zwi zanym z przedmiotem	K_U08 K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP5	zna ograniczenia własnej wiedzy i rozumie potrzeb dalszego kształcenia, pogł biania wiedzy	K_K07	
	2	EP6	jest wiadom niedostatków własnej wiedzy i konieczno ci konsultowania si ze specjalistami	K_K01	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>biofizyka</b>					
Forma zaj : <b>konwersatorium</b>					
1. Fizyka a nauki o człowieku.				1	1
2. Elementy kinematyki i dynamiki klasycznej Ruch, wektor poło enia, układy odniesienia, wzgl dno ruchu. Zasady dynamiki Newtona, poj cie siły, rodzaje sił i ich zasi g ? przykłady ich wyst powania w układach biologicznych). Bryła sztywne (moment siły i moment bezwładno ci, zasady dynamiki bryły sztywnej, warunki równowagi). Zasady zachowania. Grawitacja, prawa Keplera, pr dko ci kosmiczne, niewa ko , przeci enie.				1	2

3. Elementy termodynamiki i fizyki cz. stępczkowej. Stany skupienia, ogólne własności, przemiany fazowe. Elementy hydrostatyki i hydrodynamiki. Zjawiska powierzchniowe w cieczach (napięcie powierzchniowe, wiskowatość). Elementy termodynamiki: pojęcia podstawowe (pojęcia temperatury; układ termodynamiczny, równowaga układu, zerowa zasada termodynamiki). Temperatura, skale temperatur. Ciepło, praca i energia wewnętrzna - pierwsza zasada termodynamiki. Przemiany gazu doskonałego. Procesy odwracalne i nieodwracalne. Pojęcie entropii i druga zasada termodynamiki. Zasady termodynamiki w procesach biologicznych. Formy wymiany ciepła. Termografia.	1	2
4. Elementy elektrycznych i magnetycznych właściwości materii. Elektrostatyka, prawo Coulomba, przewodzenie prądu. Rozkład ładunku na przewodniku. Pole elektryczne i jego własności. Obwody elektryczne, prawa przepływu prądu. Kondensator. Elektroliza. Bioluminescencja. Pole magnetyczne i jego własności. Wpływ pola elektrycznego i magnetycznego na żywy organizm.	1	2
5. Drgania, elementy optyki falowej i geometrycznej. Promieniowanie świetlne. Prędkość światła. Dualizm korpuskularno-falowy. Współczynnik załamania i droga optyczna. Zasada Fermata. Odbicie i załamanie światła. Zjawisko całkowitego wewnętrznego odbicia. Dyspersja światła. Soczewki i układy optyczne. Równania soczewki. Powstawanie obrazu. Aberracje. Układ optyczny oka; akomodacja. Zdolność rozdzielcza oka.	1	2
6. Elementy akustyki, hałas. Ruch drgający, propagacja dźwięku, percepcja dźwięku. Fale akustyczne. Elementy fizyki atomowej i jądrowej. Promieniowanie jonizujące a żywy organizm. Działanie promieniowania jonizującego, absorpcja promieniowania jonizującego, dozymetria, wpływ promieniowania jonizującego na żywy organizm	1	1

Metody kształcenia	Prezentacja multimedialna				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6
Forma i warunki zaliczenia	Uzyskanie pozytywnej oceny z kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	100% ocena z kolokwium				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	biofizyka		Ważona	
	1	biofizyka [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Aberneth B. i inni. (1997): The Biophysical Foundation Of Human Movement. , Human Kinetics Publ.				
	Feynman R. P. i inni (2001): Wykłady z fizyki. , Wydawnictwo Naukowe PWN,, Warszawa				
	Jaroszyk F. (2008): Biofizyka., Wydawnictwo Naukowe PWN,, Warszawa				
	Kane J.W., Sternheim M.M. (1988): Fizyka dla przyrodników. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	Przestalski S. (2001): Elementy fizyki, biofizyki i agrofizyki., Wydawnictwo Naukowe UW, Wrocław				
Literatura uzupełniająca	Bobrowski Cz. 1 (1996): Fizyka - Krótki Kurs. WNT, Warszawa. , WNT, Warszawa				
	Orear J. (1995): Fizyka t.1 i 2. , Wydawnictwo Naukowo-Techniczne, Warszawa				

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	10
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2
Przygotowanie się do zajęć	0
Studiowanie literatury	18
Udział w konsultacjach	2
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	18

<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>biomechanika z elementami patobiomechaniki (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_20N</b>		
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 		
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	10	0	ZO	2
		wykład	5	0	E	
<b>Razem</b>			<b>15</b>			<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		mgr ROBERT TERCZY SKI				
Prowadz cy zaj cia:		mgr ROBERT TERCZY SKI				
Cele przedmiotu:		Przedmiot ma na celu zapoznanie studentów z ła czeniem przyczyn i skutków ruchu- kinematyki i dynamiki człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem czynników wewn trznych i zewn trznych ten ruch wywołuj cych. Ponadto celem jest zapoznanie studentów z zagadnieniami dotycz cymi budowy ciała, siłami działaj cymi na człowieka, ró nymi przejawami ruchu oraz statyk				
Wymagania wst pne:		Studentów obowi zuje znajomo materiału z: - matematyki i fizyki- w ogólnym zakresie realizowanym w szkole gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej - anatomii- w ogólnym zakresie realizowanym na studiach				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	zna mechanik aparatu ruchu człowieka oraz posiada podstawow wiedz dotycz c zm czenia i przem czenia aparatu ruchu.		K_W01 K_W05 K_W13	
	2	EP2	zna fizyczne i mechaniczne warto ci wytrzymało ci materiałów tkankowych		K_W05 K_W06	
	3	EP3	zna mechanizmy powstawania urazów w sporcie.		K_W08	
umiej tno ci	1	EP4	student umie okre li biomechaniczny ła cuch przyczyn i skutków oraz wyodr bni czynniki wpływaj ce na ruch		K_U12 K_U13	
	2	EP5	umie wykona podstawowe pomiary biomechaniczne oraz dokona ich interpretacji i przygotowa pisemny raport.		K_U02 K_U10 K_U14	
	3	EP6	student umie rozpozna sytuacj zagro enia przeci enia struktur kostno-stawowych i mi niowych człowieka.		K_U04 K_U10 K_U13	
	4	EP7	student potrafi dokona rozpoznania podstawowych wad postawy, nieprawidłowo ci w budowie aparatu ruchu, nieprawidłowo ci w funkcjonowaniu aparatu ruchu oraz potrafi dokona doboru odpowiednich wicze celem kompensacji zmian.		K_U10 K_U12 K_U13	
kompetencje społeczne	1	EP8	student jest wiadom ogranicze swojej wiedzy i konieczno ci konsultacji ze specjalistami.		K_K01	
	2	EP9	jest gotów do propagowania prozdrowotnych postaw z wykorzystaniem zasad ergonomii		K_K06	

TRE CI PROGRAMOWE		Semestr	Liczba godzin	
				w tym e-learning
Przedmiot: <b>biomechanika z elementami patobiomechaniki</b>				
Forma zaj : <b>wykład</b>				
1. Biomechanika nauk o strukturze ruchy żywych organizmów. Metody badawcze w biomechanice. Sterowanie ruchami człowieka. Człowiek w ujęciu teorii systemów i cybernetyki oraz teorii maszyn i mechanizmów.		3	1	
2. Elementy anatomii układu kostno-stawowego człowieka. Właściwości fizyczne i mechaniczne struktur kostno-stawowych człowieka		3	1	
3. Osteomechanika. Elementy dynamiczne mięśni. Mechanika stawów. Rodzaje połączeń stawowych.		3	1	
4. Równowaga ciała człowieka.		3	1	
5. Przeciwności struktury kostno-stawowych człowieka		3	1	
Forma zaj : <b>wiczenia</b>				
1. Metody pomiaru podstawowych wielkości biomechanicznych		3	2	
2. Zastosowanie podstawowych i zaawansowanych metod do wyznaczania parametrów mas człowieka, ruchliwości i wybranych biomechanizmów		3	1	
3. Wyznaczanie momentu mas człowieka.		3	2	
4. Pomiar sił i momentów sił generowanych przez wybrane zespoły mięśniowe		3	1	
5. Elektromiografia i elektrostymulacja.		3	1	
6. Biomechaniczna interpretacja techniki lokomocji i techniki sportowej.		3	1	
7. Fotokinometria jako metoda rejestracji i pomiaru parametrów ruchu człowieka.		3	2	
Metody kształcenia	Wybrane metody kształcenia na zajęciach:: - metody podstawowe- wykład, prelekcja - metody problemowe- dyskusja dydaktyczna - metody eksponujące- specjalistyczny film - metody praktyczne- pokaz, wiczenia laboratoryjne.			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP7,EP9</b>
	<b>KOLOKWIUM</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP9</b>
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>			<b>EP5,EP6,EP7,EP8</b>
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie przedmiotu student uzyskuje na podstawie: - uczestnictwa we wszystkich zajęciach - wykonaniu i złożeniu zadanych sprawozdań - wykonanie i złożenie sprawozdań jest niezbędne			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu <b>do zaliczenia przedmiotu</b> - uzyskania pozytywnej oceny z kolokwium końcowego- ocena z kolokwium końcowego stanowi 50% oceny końcowej Egzamin: Egzamin w formie pisemnej -5 pytań opisowych do wyboru z 10- ocena z egzaminu stanowi 50% oceny końcowej warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie co najmniej oceny dostatecznej z kolokwium końcowego i z egzaminu			
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obliczenia oceny
	3	biomechanika z elementami patobiomechaniki		Arytmetyczna
	3	biomechanika z elementami patobiomechaniki [wykład]	egzamin	
	3	biomechanika z elementami patobiomechaniki [wiczenia]	zaliczenie z ocen	



Literatura podstawowa	B dzi ski R. (1997): Biomechanika in ynierska., PZWL Warszawa
	Bober T. i wsp. (2006): Biomechanika układu ruchu człowieka., WBK Wrocław
	Bu ko K. i wsp. (1998): Instrukcje do wicze z biomechaniki, AWF Warszawa
	Dworak L. (1985): Niektóre metody badawcze biomechaniki i ich zastosowanie w sporcie, medycynie i ergonomii., AWF Pozna
	Dziak A. i wsp. (1999): Urazy i uszkodzenia w sporcie. , Wyd. Kasper, Kraków
	Fidelus K (1997): Zarys biomechaniki wicze fizycznych., AWF Warszawa
	Garlicki J. i wsp. (1978): Traumatologia sportowa, PZWL Warszawa
	Gli ska B. i wsp. (2006): Kompendium z anatomii funkcjonalnej narz du ruchu człowieka, US Szczecin
	Morecki A. i wsp. (1971): Bionika ruchu, PWN Warszawa
	Się ko-Awierwianów E. i wsp. (2010): Kompendium z anatomii funkcjonalnej organów wewn trznych i układu nerwowego człowieka. , US Szczecin
	Szukiewicz H. i wsp. (1971): Zarys biomechaniki, AWF Warszawa
	Tejszerska D. i wsp. (2004): Biomechanika in ynierska. , P Gliwice
Literatura uzupełniają ca	Błaszczak J. (2004): Biomechanika kliniczna., PZWL Warszawa
	Bober T. i wsp. (1981): Potencjał ruchowy człowieka, AWF Warszawa
	Zagobelny Z. i wsp. (1997): Biomechanika kliniczna. , AWF Wrocław

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>10</b>	
Studiowanie literatury	<b>5</b>	
Udział w konsultacjach	<b>3</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>15</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	

# SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>biostatystyka (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_23N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
3	5	wiczenia	10	ZO	2
		wykład	5	E	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr JAROSŁAW NADOBNIK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>mgr ROBERT TERCZY SKI dr JAROSŁAW NADOBNIK</b>			
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest poznanie zasad planowania bada naukowych oraz zasad stosowania zaawansowanych narz dzi statystycznych słu cych do analizy danych Celem jest nabycie umiej tno ci stosowania narz dzi statystycznych słu cych do analizy danych Celem jest nabycie kompetencji w zakresie konieczno ci zasi gni cia opinii specjalisty z zakresy biostatyki podczas planowania eksperymentów badawczych.			
Wymagania wst pne:		Podstawowa znajomo matematyki (zakres szkoły redniej) oraz podstawowe umiej tno ci z zakresu informatyki (zakres szkoły redniej)			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student zna podstawowe poj cia zwi zane z biostatystyk (zarówno od strony terminologicznej, metodologicznej, jak i etycznej i prawnej)	<b>K_W11</b>	
umiej tno ci	1	EP2	student potrafi dobiera i efektywnie wykorzystywa poszczególne narz dzia statystyczne niezbdne w rozwi zywaniu konkretnych problemów w diagnostyce sportowej	<b>K_U06</b>	
	2	EP3	student potrafi samodzielnie projektowa , tworzy , przetwarza proste bazy danych wykorzystywane na potrzeby diagnostyki sportowej	<b>K_U08</b>	
	3	EP4	student potrafi samodzielnie zaprojektowa i zrealizowa podstawowe analizy biostatystyczne na wszystkich etapach bada diagnostycznych (zbieranie, kodowania, analiza i interpretacja danych)	<b>K_U11</b>	
kompetencje społeczne	1	EP5	student jest wiadomy własnych ogranicze i wie kiedy zwróci si do ekspertów z pro b o pomoc	<b>K_K01</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>biostatystyka</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Omówienie podstawowych poj zwi zanych z biostatystyk i realizacj analiz statystycznych				5	2
2. Wykorzystanie narz dzi informatycznych w analizach biostatystyczne				5	1
3. Przykłady oblicze biostatystycznych wykorzystywanych w diagnostyce laboratoryjnej ? miary tendencji centralnej i weryfikacja hipotez statystycznych				5	2
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					

1. Zasady planowania i realizacji badań statystycznych ze szczególnym uwzględnieniem projektowania baz danych	5	2
2. Podstawowe miary statystyczne ? analiza opisowa struktury	5	2
3. Wnioskowanie statystyczne. Test sprawdzający zgodność z rozkładem normalnym oraz parametryczne i nieparametryczne testy istotności.	5	4
4. Analiza korelacji i regresji	5	2

Metody kształcenia	Wykład z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wiczenia praktyczne, rozwiązywanie zadań	
--------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>	<b>EP1</b>
	<b>KOLOKWIUM</b>	<b>EP1</b>
	<b>SPRAWDZIAN</b>	<b>EP2,EP3,EP4</b>
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>	<b>EP2,EP3,EP4,EP5</b>

Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie z wykładów na podstawie wyników egzaminu pisemnego obejmującego wiedzę z wykładów oraz z zalecanej literatury. Zalecenie wicze na podstawie aktywności na wiczeniach oraz prawidłowości wykonywania obliczeń statystycznych.
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu
<b>Ocena końcowa-wyliczana jest na podstawie oceny końcowej z wicze oraz egzaminu w proporcjach 1:1</b>	

Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do rednej
	5	biostatystyka		Arytmetyczna	
	5	biostatystyka [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	5	biostatystyka [wykład]	egzamin		

Literatura podstawowa	Babie E. (2009): Podstawy badań społecznych, Wydawnictwo Naukowe PWN
	Petrie A., Sabin C. (2006): Petrie A., Sabin C. (2006): Statystyka medyczna w zarysie., Wydawnictwo medyczne PZWL
	Piłatowska M. (2007): Repetytorium ze statystyki, Wydawnictwo Naukowe PWN
	Stanisz A. (2005): Biostatystyka. , Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
	Starzyńska W. (2007): Statystyka praktyczna., Wydawnictwo Naukowe PWN

Literatura uzupełniająca	Kukuła K. (2006): Elementy statystyki w zadaniach., PZWL
	Rudowski R. (2012): Informatyka medyczna. , Wydawnictwo Naukowe PWN
	Stanisz A. (2006): Praktyczny kurs statystyki, z zastosowaniem STATISTICA PL, na przykładach z medycyny. StatSoft

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>10</b>
Studiowanie literatury	<b>8</b>
Udział w konsultacjach	<b>8</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>7</b>
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: diagnostyka w sporcie osób niepełnosprawnych [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>charakterystyka dyscyplin w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_40N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	5	0	ZO	2
		wykład	5	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>10</b>			<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. JOANNA KRUK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki wykorzystywanej w sporcie osób niepełnosprawnych.</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student wie, jakie s kryteria stosowane w kwalifikacji do sportu lub wybranej aktywno ci ruchowej w przypadku osób niepełnosprawnych			K_W01
	2	EP2	student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi rodowiska procesów zachodz cych w organizmie uwzgl dniaj c specyfik aktywno ci fizycznej			K_W03
umiej tno ci	1	EP3	student umie dokona podstawowej klasyfikacji niepełnosprawno ci i klasyfikuje kandydatów do uprawiania sportu osób niepełnosprawnych			K_U11
	2	EP4	stosuje podstawowe metody oceny poziomu sprawno ci w wybranych dyscyplinach sportów wybranych przez osoby niepełnosprawnych i potrafi interpretowa wyniki bada w tym zakresie			K_U12
	3	EP5	konstruuje program aktywno ci sportowo-rekreacyjnej dla osób niepełnosprawnych w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego			K_U13

kompetencje społeczne	1	EP6	student ma wiadomo konieczno ci krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01			
	2	EP7	student posiada kompetencje niezbdne do przestrzegania reguł uczciwo ci w nauce, respektowania przepisów prawa odnosz cego si do zagadnie zwi zanych z diagnostyk oraz sportem	K_K02			
	3	EP8	student jest gotów do wykazywania szacunku i zrozumienia w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zada badawczych	K_K03			
	4	EP9	student jest zorientowany na samodoskonalenie maj ce na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07			
TRE CI PROGRAMOWE				Semestr	Liczba godzin		
					w tym e-learning		
Przedmiot: charakterystyka dyscyplin w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych							
Forma zaj : wykład							
1. Wprowadzenie do tematyki sportu osób niepełnosprawnych - definicje i poj cia.				4	1		
2. Sprz t rehabilitacyjny i sportowy umo liwiaj cy aktywno sportow osobom niepełnosprawnym				4	1		
3. Charakterystyka zró nicowanych form aktywno ci sportowej osób niepełnosprawnych ? sporty indywidualne				4	1		
4. Charakterystyka zró nicowanych form aktywno ci sportowej osób niepełnosprawnych ? sporty zespołowe				4	2		
Forma zaj : wiczenia							
1. Praktyczne aspekty treningu i rywalizacji w wybranych indywidualnych dyscyplinach sportu osób niepełnosprawnych				4	2		
2. Praktyczne aspekty treningu i rywalizacji w wybranych zespołowych dyscyplinach sportu osób niepełnosprawnych				4	3		
Metody kształcenia	wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, wiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne poł czone z dyskusj						
Metody weryfikacji efektów uczenia si						Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	KOŁOKWIUM					EP1,EP2,EP3	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )					EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze : Warunkiem podstawowym zaliczenia wicze jest obecno na zaj ciach. Na ocen ko cow maj wpływ: - oceny za aktywno studenta na zaj ciach - wyniki kolokwium Zaliczenie wykładów: kolokwium z tre ci wykładów						
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu						
	Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z egzaminu w stosunku 1:1.						
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot			Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	charakterystyka dyscyplin w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych				Arytmetyczna	
	4	charakterystyka dyscyplin w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych [ wiczenia]			zaliczenie z ocen		
	4	charakterystyka dyscyplin w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych [wykład]			zaliczenie z ocen		

Literatura podstawowa	Chojnacki K. (2008): Walory rewalidacyjne wybranych dyscyplin sportu uprawianych na wózkach, AWF Kraków, Kraków	
	Kosmol A. (red.) (2008): Teoria i praktyka sportu osób niepełnosprawnych, AWF Warszawa, Warszawa	
	Molik B. (red.) (2009): Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych: osoby z dysfunkcją narządu ruchu, niepełnosprawne intelektualnie, niewidome i słabowidzące, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, Warszawa	
	Roniker A. (1997): Diagnostyka czynnościowa osób niepełnosprawnych. Cz.1, Założenia ogólne, AWF Warszawa	
	Ilyski J. (1999): Sport w rehabilitacji niepełnosprawnych, Studio Wydawnicze AGAT, Kraków	
Literatura uzupełniająca	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa	
	Hady-Bartkowiak K. i wsp. (2007): Vademecum sportu niepełnosprawnych - przepisy i regulaminy, Oficyna Wydawnicza Aba, Warszawa	
	Ucinowicz N., Seidel W., Zostawa P., Klich S. (2013): Metody obiektywizacji i parametryzacji w klasyfikacji funkcjonalnej w pływaniu osób niepełnosprawnych, Fizjoterapia, nr 21(3), s. 50-59.	
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>		
	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>10</b>	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>3</b>	
Studiowanie literatury	<b>22</b>	
Udział w konsultacjach	<b>5</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>8</b>	
<b>Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>choroby a sport (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_59N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. KATARZYNA SYGIT</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Celem zaj jest przekazanie studentom wiedzy w zakresie podstaw diagnostyki i leczenia urazów sportowych oraz podstawowych zasad fizjologii treningu sportowego.</p> <p>Celem zaj jest wykształcenie kompetencji polegaj c na d eniu do ustawicznego kształcenia lub zwracani si o opini do specjalisty w przypadku kiedy zajdzie tka potrzeba.</p> <p>Celem zaj jest poznanie i wdra anie zasad prozdrowotnych w praktyce.</p>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo podstawowej wiedzy w zakresie anatomii, fizjologii i biomechaniki organizmu ludzkiego</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada wiedz w zakresie zmian zachodz cych w organizmie pod wpływem wysiłku fizycznego (urazowo w sporcie)	K_W01	
	2	EP2	posiada wiedz w zakresie przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego i znaczenie odnowy biologicznej w sporcie (elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)	K_W03	
	3	EP3	posiada wiedz w zakresie rozpoznawania i oddziaływanie negatywnych czynników rodowiska na organizm człowieka (choroby a sport; urazowo w sporcie)	K_W06	
	4	EP4	posiada wiedz w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia niezbd nej do zachowania dobrego stanu zdrowia (choroby a sport; elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)	K_W07	
umiej tno ci	1	EP5	potrafi dokona analizy czynników zagra aj cych zdrowiu, wpływaj cych na pogorszenie stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej i psychicznej (choroby a sport; urazowo w sporcie)	K_U07	
	2	EP6	potrafi posługiwa si sprz tem i aparatur wykorzystywana w odnowie biologicznej sportowców oraz w rehabilitacji (elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)	K_U13	

kompetencje społeczne	1	EP7	potrafi przestrzegać zasad etycznych w decyzjach i działaniach podejmowanych w stosunku do sportowców (urazowo w sporcie; elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)	K_K02	
	2	EP8	potrafi propagować zdrowy styl życia. promuje zachowania zdrowotne w środowisku sportowców (choroby a sport)	K_K06	
TRE CI PROGRAMOWE				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: choroby a sport					
Forma zajęć : wykład					
1. Definiowanie zdrowia i choroby. Modele zdrowia. Mierniki zdrowia. Zdrowie jako wartość i zasób dla jednostki i społeczeństwa.				6	2
2. Jakość życia związana ze zdrowiem.				6	2
3. Czynniki warunkujące zdrowie sportowca. Czynniki ryzyka i czynniki chroniące				6	2
4. Styl życia sportowca i zachowania zdrowotne.				6	2
5. Dbałość sportowca o własne zdrowie. Przyczyny bierności wobec zdrowia. Niektóre uwarunkowania dbałości o zdrowie				6	2
Forma zajęć : wiczenia					
1. Zdrowie, choroba ? normy etyczne i zasady wytopoglądowe				6	1
2. Choroby cywilizacyjne: choroby układu krążenia, choroby układu nerwowego, choroby nowotworowe				6	2
3. Najczęstsze schorzenia występujące u sportowców. Profilaktyka i leczenie.				6	2
Metody kształcenia	Wykład: Wykład z prezentacją multimedialną wiczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zajęć, zajęcia praktyczne, rozwój wywołanie zadań problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z książką, analiza i przegląd tematyczny literatury-przygotowanie zajęć na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5
	SPRAWDZIAN				EP1,EP2,EP3
	PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7
	PROJEKT				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
Forma i warunki zaliczenia	zaliczenie końcowe obejmuje: a) pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium końcowego z wykładów b) pozytywne zaliczenie wiczeń : wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	70% ocena z kolokwium pisemnego + 30 % ocena z wiczeń				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	choroby a sport		Ważona	
	6	choroby a sport [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
	6	choroby a sport [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,30



Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing London.
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa.
	Dziak A. (2002): Urazy i uszkodzenia w sporcie,, Kasper, Kraków.
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zm czenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.
	Jager A., Krawczyk J. (2012): Wybrane zagadnienia z medycyny sportowej, PZWL , Warszawa.
	Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2005): Medycyna sportowa, Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej , Warszawa.
	Karczewski J. (2008): Higiena., Czelej, Lublin
	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa.
	Kasprzak W., Ma kowska A. (2008): Fizykoterapia medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL Warszawa
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej , BIOSPORT, Kraków.
	Wojnarowska B. (2008): Edukacja zdrowotna,, PWN Warszawa
Literatura uzupełniają ca	Celejowa I. (2001): ywienie w treningu i walce sportowej, Centralny O rodek Sportu, Warszawa.
	Górski J. (2002): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego wyd. 2, Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
	Hübner-Wo niak E., Lutosławska G. (2000): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego, Centralny O rodek Sportu, Warszawa.
	Krzystyniak K. L. (2009): Odnowa biologiczna w sporcie i profilaktyce zdrowotnej, Wydawnictwo PPWSZ, Nowy Targ.
	Magiera L., Walaszek R. (2007): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej,, Wydawnictwo Biosport, Kraków.
	Siero A., Stanek A., Cie la G. (red.) (2013): Wellness SPA Anti-Aging, , Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa.
	Tomaszewski W. (red.) (2001): Od ywki i preparaty wspomagaj ce w sporcie, Wydawnictwo MEDSPORTPRESS, Warszawa.
	Zaj c A., Zydek G., Michalczyk M., Poprz cki S., Czuba M., Goła A., Boruta-Gojny B. (2014): ywienie i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych, wyd. 1, Katowice.
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>	
	Liczba godzin
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie si do zaj	<b>25</b>
Studiowanie literatury	<b>10</b>
Udział w konsultacjach	<b>3</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>10</b>
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: genetyka w sporcie</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>diagnostyka genetyczna w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_35N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	laboratorium	15	0	ZO	3
<b>Razem</b>			<b>15</b>			<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. MAREK SAWCZUK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki molekularnej i genetycznej w sporcie</b> <b>Nabywanie umiejętności pracy w laboratorium biologii molekularnej</b> <b>Nabywanie gotowości do współdziałania w grupie w roli lidera oraz członka zespołu</b> <b>Nabywanie gotowości do ustawicznego poszerzania wiedzy z zakresu biologii molekularnej w naukach o kulturze fizycznej</b>				
Wymagania wstępne:		<b>Zaliczenie przedmiotu "Wybrane zagadnienia z biologii człowieka"</b> <b>Zaliczenie przedmiotu "Genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej"</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	<b>Student wie, co leży u podstaw zmienności genetycznej człowieka, zna wpływ różnic molekularnych na zmienne adaptacyjne i powysiłkowe organizmu człowieka</b>			<b>K_W02</b>
	2	EP2	<b>Student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi środowiska procesów zachodzących w organizmie na poziomie molekularnym uwzględniając specyfikację aktywności fizycznej</b>			<b>K_W04</b>
	3	EP3	<b>Student posiada podstawową wiedzę dotyczącą planowania i wykorzystania technik i metod z zakresu genetycznej diagnostyki sportowej</b>			<b>K_W13</b>

umiejętności	1	EP4	Student posiada umiejętność wykonania podstawowych pomiarów z zakresu genetyki sportowej oraz ich oceny i wykorzystania technik i metod molekularnej diagnostyki sportowej	K_U02
	2	EP5	Student potrafi wykorzystać podstawowe metody analiz danych liczbowych do wstępnej weryfikacji wyników generowanych w trakcie eksperymentu z zakresu diagnostyki sportowej	K_U06
	3	EP6	Student potrafi uzupełnić kartę charakterystyki zawodnika lub amatora o dane wygenerowane w eksperymencie genetycznym i dokona interpretacji uzyskanych wyników	K_U10
	4	EP7	Student umie zastosować właściwą metodologię badawczą z zakresu genetyki sportowej dla potrzeb przeprowadzenia eksperymentu badawczego	K_U11
	5	EP8	Student potrafi samodzielnie zaplanować i wykonać analizy laboratoryjne z zakresu genetyki molekularnej oraz umie przygotować stosowną dokumentację eksperymentu	K_U12
kompetencje społeczne	1	EP9	Student ma wiadomości konieczne do krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01
	2	EP10	Student nabywa kompetencji pozwalających na przestrzeganie i respektowanie przepisów prawa odnoszących się do zagadnień związanych z diagnostyką oraz sportem	K_K02
	3	EP11	Student jest gotów do odnoszenia się z szacunkiem i zrozumieniem w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zadań badawczych	K_K03
	4	EP12	Student jest zdolny do skutecznego przekazywania informacji z zakresu diagnostyki sportowej	K_K06
	5	EP13	Student jest zorientowany na samodoskonalenie mające na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07
TREŚCI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: diagnostyka genetyczna w sporcie				
Forma zajęć: laboratorium				
1. Izolacja RNA z krwi pełnej			4	4
2. Reakcja Real-Time PCR w odmianie ilościowej			4	3
3. Określanie płci człowieka z wykorzystaniem reakcji PCR - analiza genu amelogeniny			4	2
4. Analiza sekwencji mini i mikrosatelitarnych - analiza polimorfizmu w regionie LPR genu HTT			4	3
5. Przeprowadzenie sekwencjonowania wybranego fragmentu regionu			4	3
Metody kształcenia	wiczenia laboratoryjne prowadzone metodami pracy w grupach, Rozwiązywanie problemów związanych z pracami w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki badań, trudności w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne połączone z dyskusjami			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEC OBSERWACJAMI)			EP10,EP11,EP12,EP13,EP4,EP5,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie na podstawie aktywności na wiczeniach i wyników pisemnego kolokwium			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
	Ocena końcowa z przedmiotu wystawiana jest na podstawie oceny końcowej z kolokwium i oceny aktywności na wiczeniach			

Metoda obliczania oceny kolejnej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	diagnostyka genetyczna w sporcie		Ważona	
	4	diagnostyka genetyczna w sporcie [laboratorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Ci szczyk P., Maciejewska A., Sawczuk M. (2008): Badania genetyczne w sporcie , Wydawnictwo Qprint , Szczecin				
	Słomski R. (2011): Analiza DNA. Teoria i praktyka, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu , Poznań				
Literatura uzupełniająca	O'Connell K i wsp. (2013): Collagen gene sequence variants in exercise-related traits , Central European Journal of Sport Sciences and Medicine 1: 3–17				
	Posthumus M. Collins M. (2016): Genetics and Sports , Wydawnictwo Karger				
	Sawczuk M. i wsp. (2011): The role of genetic research in sport Science & Sports 26: 251-258				
	Wang G. i wsp. (2013): Czy w sporcie miarodajne są testy genetyczne? , Sport Wyczynowy 3-4 (547-548): 68-83				

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>15</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>20</b>	
Studiowanie literatury	<b>20</b>	
Udział w konsultacjach	<b>10</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>8</b>	
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>diagnostyka laboratoryjna w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_31N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	5
		wykład	15	0	E	
<b>Razem</b>			<b>25</b>			<b>5</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		zapoznanie si z podstawowymi metodami biochemicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych nabycie umiej tno pracy laboratoryjnej i obróbki materiału biologicznego nabycie umiej tno ci przygotowania opracowania wyników podstawowych bada diagnostycznych nabycie kompetencji w zakresie pracy zespołowej				
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce do stanów chorobowych człowieka			K_W02 K_W04
	2	EP2	omawia biochemiczne aspekty wybranych zmian profili narz dowych pod wpływem stałego wysiłku fizycznego			K_W13
umiej tno ci	1	EP3	wykazuje umiej tno poprawnego rozpoznawania ró nych stanów chorobowych i zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada			K_U10 K_U14
	2	EP4	wykonuje analizy biochemiczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce laboratoryjnej pod kierunkiem opiekuna naukowego			K_U02
	3	EP5	umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych			K_U05
kompetencje społeczne	1	EP6	jest gotów do współdziałania i pracy w grupie			K_K05
	2	EP7	aktualizuje swój wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego			K_K01
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>diagnostyka laboratoryjna w sporcie</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. Zarz dzanie jako ci w laboratoriach diagnostycznych, bł dy laboratoryjne.					3	2

2. Standaryzacja i kontrola badań w diagnostyce sportowej.		3	3		
3. Zarys hematologii w wysiłku fizycznym.		3	2		
4. Gospodarka glukozy -metabolizm, niedobór i nadmiar glukozy w ustroju.		3	2		
5. Zarys diagnostyki hematologicznej.		3	2		
6. Enzymy w diagnostyce laboratoryjnej w sporcie.		3	2		
7. Rola mleczanów w diagnostyce sportowej.		3	2		
Forma zajęć : laboratorium					
1. Zasady pracy w laboratorium diagnostycznym		3	1		
2. Obróbka materiału biologicznego: krew, mocz		3	2		
3. Czynniki wpływające na wyniki badań laboratoryjnych w diagnostyce sportowej		3	1		
4. Oznaczanie wybranych parametrów diagnostyki sportowej: aktywność kinazy kreatynowej i stężenie mleczanów.		3	4		
5. Diagnostyka hematologiczna w sporcie.		3	1		
6. Podsumowanie wicze		3	1		
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna (wykłady), praca w grupach (wiczenia), wykonywanie do wiadomości laboratoryjnych (wiczenia)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3	
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP4,EP5,EP6,EP7	
Forma i warunki zaliczenia	Egzaminy pisemny obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu  Egzaminy pisemny obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	diagnostyka laboratoryjna w sporcie		Ważona	
	3	diagnostyka laboratoryjna w sporcie [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,30
	3	diagnostyka laboratoryjna w sporcie [wykład]	egzamin		0,70
Literatura podstawowa	Banfi G., Colombini A., Lombardi G., Lubkowska A. (2012): Metabolic markers in sports medicine, Adv Clin Chem 56: 1–54,				
	Dembińska-Kieć A., Naskalski J. W. (2017): Diagnostyka laboratoryjna z elementami biochemii klinicznej. , Urban & Partner, Wrocław				
Literatura uzupełniająca	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ciżczyński P. (2001): Could biochemical liver profile help to assess metabolic response to aerobic effort in athletes? , Journal of Strength and Conditioning Research 28, 2180–2186,				
	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ficek K., Moska W., Eider J., Ciżczyński P. (2005): Post-effort changes in activity of traditional diagnostic enzymatic markers in football players' blood., Journal of Medical Biochemistry 34, 179-190				
	Dudzińska W., Hłyśczak A. J. (2008): Wiczenia z biochemii klinicznej., Wydawnictwo Naukowe US. , Szczecin				
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Ciżczyński P. (2015): Post-effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season., Journal of Strength and Conditioning Research 2015; 29(5): 1399-1405				
	Nowak R., Kostrzewa-Nowak D., Eider J. (2015): Does aerobic effort have beneficial effect on plasma lipid profile among young soccer players? , Trends in Sport Sciences 2015; 3(22): 153-160				
	Tomaszewski J. (2001): Diagnostyka laboratoryjna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		

Zajęcia dydaktyczne	25	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2	
Przygotowanie się do zajęć	30	
Studiowanie literatury	20	
Udział w konsultacjach	10	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	38	
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>125</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>5</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>diagnostyka sensomotoryczna (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_51N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	15	ZO	5
		wykład	15	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>5</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie umiej tno ci i kompetencji w zakresie odpowiedniego doboru metod oceny i post powania w badaniach ró nych komponentów sprawno ci sensomotorycznej.</b> <b>Przygotowanie do zorganizowania i przeprowadzenia bada naukowych z zakresu przebiegu procesów sensomotorycznych.</b> <b>Nabycie umiej tno ci w pracy w grupie.</b> <b>Dostrzeganie relacji i interakcji pomi dzy wiedz teoretyczn a jej praktycznym zastosowaniem.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne reakcje ludzkiego organizmu w czasie wykonywania czynno ci sensomotorycznych. Zna i rozumie uwarunkowania przebiegu procesów sensomotorycznych w czasie aktywno ci fizycznej.</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>Zna podstawowe metody diagnostyczne stosowane w badaniu procesów sensomotorycznych na ró nych etapach przetwarzania informacji.</b>	<b>K_W05</b>	
	3	EP3	<b>Opisuje formy adaptacji sensomotorycznej organizmu ludzkiego w warunkach podejmowania systematycznej aktywno ci fizycznej oraz zna jej uwarunkowania.</b>	<b>K_W13</b>	
	4	EP9	<b>Zna wła ciw terminologi z zakresu diagnostyki sensomotorycznej.</b>	<b>K_W13</b>	



umiej tno ci	1	EP4	Obsługuje aparatur badawcz z zakresu pomiaru funkcji sensomotorycznych i konstruuje procedur prostego eksperymentu badawczego	K_U02
	2	EP5	Analizuje i interpretuje wyniki diagnozy procesów sensomotorycznych i potrafi wskaza uwarunkowania przebiegu tych procesów.	K_U06
	3	EP6	Dobiera wła ciwie wiczenia doskonal ce sprawno sensomotoryczn osób zró nicowanych wiekiem i stanem zdrowia.	K_U10
	4	EP8	Stosuj c wła ciw terminologi potrafi w jasny sposób przeka za wiedz z zakresu diagnostyki sensomotorycznej uczestnikom procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji oraz jasno formuluje odpowiedzi na zadawane pytania w dyskusji.	K_U03
kompetencje społeczne	1	EP7	Jest wiadom relacji z innymi studentami, najbli szym otoczeniem i społecze stwem podczas współpracy dotycz cej planowania i realizacji projektów	K_K03
	2	EP10	Jest gotów do działania w sposób przedsi biorczy bior c jednocze nie odpowiedzialno za projektowanie i wykonywanie działania obejmuj cy program szkolenia uczestników.	K_K09
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>diagnostyka sensomotoryczna</b>				
Forma zaj : wykład				
1. System sensomotoryczny jako podstawa zachowa ruchowych człowieka.			5	1
2. Subsystemy czynno ci ruchowych (percepcyjny, aktywacyjny, realizacyjny).			5	2
3. Mechanizmy organizacji przebiegu informacji w procesach sensomotorycznych.			5	2
4. Metody w ocenie efektywno ci przebiegu procesów sensomotorycznych.			5	2
5. Pripriocepcja i kontrola neuromi niowa.			5	2
6. Rola elektromiografii w ocenie kontroli neuromi niowej.			5	1
7. Elektromiografia w sporcie. Wzorce ruchowe techniki w sportach indywidualnych i zespołowych.			5	2
8. Sprawno funkcji sensomotorycznych u sportowców i osób nietrenuj cych.			5	1
9. Sprawno funkcji sensomotorycznych u osób zró nicowanych stanem zdrowia.			5	1
10. Wpływ zm czenia na przebieg procesów sensomotorycznych.			5	1
Forma zaj : laboratorium				
1. Procedury pomiaru szybko ci reakcji motorycznej			5	1
2. Metody pomiaru antycypacji czynno ci ruchowej			5	1
3. Pomiar progu wra liwo ci sensorycznej			5	1
4. Pomiar elektromiograficzny w czasie czynno ci ruchowej			5	2
5. Pomiar równowagi statycznej i dynamicznej			5	2
6. Przebieg zmienno ci parametrów zło onej reakcji motorycznej pod wpływem wysiłku fizycznego ? eksperyment badawczy			5	6
7. Opracowanie wyników bada .			5	2
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>			

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP9</b>
	<b>PROJEKT</b>				<b>EP10,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9</b>
	<b>ZAJ ĆCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				<b>EP10,EP4,EP7,EP8</b>
Forma i warunki zaliczenia	<p>1. Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach.</p> <p>2. Ocena projektu grupowego, w którym nale y przygotowa procedury eksperymentu, przeprowadzi badania, opisa wyniki eksperymentu i sformułow wnioski - ocena projektu stanowi 30% oceny ko cowej.</p> <p>3. Projekt programu wicze doskonałych sprawno sensomotoryczn osób zró nicowanych wiekiem i stanem zdrowia - ocena projektu stanowi 10% oceny ko cowej.</p> <p>4. Egzamin pisemny obejmuj cy wiedz teoretyczn (pytania wymagaj ce dłu szej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologi , poj cia z zakresu kinezylogii, charakterystyk przebiegu procesów sensomotorycznych i ich uwarunkowa ) - ocena z egzaminu stanowi 60% oceny ko cowej z przedmiotu.</p>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<p><b>Ocena projektu grupowego- 30%</b>  <b>Projekt programu wicze - 10%</b>  <b>Egzamin pisemny- 60%</b></p>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	diagnostyka sensomotoryczna		Ważona	
	5	diagnostyka sensomotoryczna [wykład]	egzamin		0,60
	5	diagnostyka sensomotoryczna [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,40
Literatura podstawowa	Borysiuk Z. (2015): Elektromiografia w sporcie. Wybrane zastosowania praktyczne, Politechnika Opolska				
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka. Teoria motoryczno ci człowieka w zarysie., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
	Schmidt R.A. Wrisberg C.A. (2000): Motor learning and performance. A problem-based learning approach, Human Kinetics Books, Champaign				
	Scott M.L., Riemann B.L., Freddie H.F. (2000): Introduction to the sensorimotor system, w: Proprioception and neuromuscular control in joint stability, red. M. L. Scott, H. F. Freddie., Human Kinetics				
	Zwierko T. (2016): Ocena wzrokowych procesów sensomotorycznych, W: Percepcja wzrokowa w grach sportowych. Podstawy teoretyczne i implikacje praktyczne, 104-123, Uniwersytet Szczeci ski, Szczecin				
	Zwierko T. (2011): Przebieg procesów sensomotorycznych i funkcji bioelektrycznej układu wzrokowego pod wpływem zwi kszania intensywno ci wysiłku fizycznego u młodych aktywnych ruchowo m czyzn, Uniwersytet Szczeci ski,				
	Zwierko T., Lesiakowski P. (2014): Visuomotor processing after progressively increased physical exercise, Central European Journal of Sport Sciences and Medicine, 5(1), 27–34				
Literatura uzupełniają ca	Florkiewicz B., Fogtman S., Lesiakowski P., Zwierko T. (2015): The effect of visual perception training on sensorimotor function in handball players, Antropomotoryka. Journal of Kinesiology and Exercise Sciences 69 (25), 21-28.				
	Lesiakowski P., Krzepota J., Zwierko T. (2017): The Differentiation of Visual Sensorimotor Processes in the Representatives of Various Sport Disciplines, Central European Journal of Sport Sciences and Medicine, 19 (3), 43–53.				
	Zwierko T., Osi ski W., Lubi ski W., Czepita D., Florkiewicz B. (2010): Speed of visual sensorimotor processes and conductivity in visual pathway in volleyball players, Journal of Human Kinetics, 23, 21-27				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj Ćcia dydaktyczne			<b>30</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>5</b>		
Przygotowanie się do zaj			<b>20</b>		
Studiowanie literatury			<b>20</b>		
Udział w konsultacjach			<b>14</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>20</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>16</b>		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>125</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>5</b>		



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: diagnostyka w sporcie osób niepełnosprawnych [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>diagnostyka w rekreacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_41N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>			Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	14	0	ZO	4
		wykład	6	0	E	
<b>Razem</b>			<b>20</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MONIKA NIEWIADOMSKA</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki wykorzystywanej w sporcie osób niepełnosprawnych</b> <b>Nabycie umiej tno ci oceny pozytywnych mierników zdrowia.</b> <b>Nabycie umiej tno ci pracy z ro nymi grupami społecznymi.</b> <b>Podj cie gotowi do odpowiedzialnego zaangażowania si w realizacj stawianych celów i zada</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student wie, jakie s kryteria stosowane w kwalifikacji do sportu lub wybranej aktywno ci ruchowej w przypadku osób niepełnosprawnych			K_W01
	2	EP2	student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi rodowiska procesów zachodz cych w organizmie uwzgl dniaj c specyfik aktywno ci fizycznej			K_W03
umiej tno ci	1	EP3	student umie dokona podstawowych klasyfikacji niepełnosprawno ci i klasyfikuje kandydatów do uprawiania sportu osób niepełnosprawnych			K_U11
	2	EP4	stosuje podstawowe metody oceny poziomu sprawno ci w wybranych dyscyplinach sportów wybranych przez osoby niepełnosprawnych i potrafi interpretowa wyniki bada w tym zakresie			K_U12
	3	EP5	konstruuje program aktywno ci sportowo-rekreacyjnej dla osób niepełnosprawnych w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego.			K_U13

kompetencje społeczne	1	EP6	student ma wiadomo konieczno ci krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01	
	2	EP7	student posiada kompetencje do przestrzegania reguł uczciwo ci w nauce, respektowania przepisów prawa odnosz tego si do zagadnie zwi zanych z diagnostyk oraz sportem	K_K02	
	3	EP8	student odnosi si z szacunkiem i zrozumienie w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zada badawczych	K_K03	
	4	EP9	student jest zorientowany na samodoskonalenie maj ce na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin	
				w tym e-learning	
Przedmiot: <b>diagnostyka w rekreacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Charakterystyka rodzajów wysiłku fizycznego w rehabilitacji.			4	1	
2. Zasady stosowania testów funkcjonalnych w ród osób niepełnosprawnych			4	1	
3. Warunki bezpiecze stwa prowadzenia testów diagnostycznych			4	1	
4. Diagnostyka funkcji układów kr enia i ruchu podczas wysiłku fizycznego			4	3	
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Wprowadzenie w tematyk przedmiotu. Omówienie zasad pracy na zaj ciach oraz zasad zaliczenia przedmiotu.			4	2	
2. Diagnostyka czynno ciowa w wybranych schorzeniach narz du ruchu.			4	6	
3. Dobór metod oceny poziomu sprawno ci w wybranych formach rekreacji ruchowej osób niepełnosprawnych			4	2	
4. Interpretowanie wyników bada diagnostycznych z uwzgl dnieniem rodzaju i stopnia niepełnosprawno ci			4	2	
5. Wykorzystanie bada diagnostycznych w rehabilitacji osób niepełnosprawnych			4	2	
Metody kształcenia	rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne połączone z dyskusj , wiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>			<b>EP1,EP2</b>	
	<b>KOLOKWIUM</b>			<b>EP1,EP2</b>	
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>			<b>EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9</b>	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników egzaminu obejmuj cego wiedz z wykładów oraz zalecanej literatury				
	Zaliczenie wicze : Warunkiem zaliczenia wicze jest obecno na zaj ciach. Na ocen ko cowa maj wpływ: - oceny za aktywno studenta na zaj ciach - wyniki kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
<b>Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z egzaminu w stosunku 1:1.</b>					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	diagnostyka w rekreacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych		Arytmetyczna	
	4	diagnostyka w rekreacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	diagnostyka w rekreacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych [wykład]	egzamin		

Literatura podstawowa	Chojnacki K. (2007): Turystyka osób niepełnosprawnych intelektualnie jako forma rehabilitacji fizycznej, psychicznej i społecznej, AWF Kraków, Kraków
	Halemba P. (2013): Turystyka, wychowanie fizyczne i rehabilitacja osób niepełnosprawnych, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice
	Łobowicz T. (2000): Turystyka i rekreacja ludzi niepełnosprawnych, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa
	Pawlikowska-Piechotka A. (2016): Przestrzeń sportu, rekreacji i turystyki bez barier, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, Warszawa
	Roniker A. (1997): Diagnostyka czynnościowa osób niepełnosprawnych. Cz.1, Założenia ogólne., AWF Warszawa, Warszawa
	Roniker A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera., AWF Warszawa, Warszawa

Literatura uzupełniająca	Janiszewski M. (1989): Rekreacja ruchowa dla osób niepełnosprawnych, Uniwersytet Łódzki, Łódź
	Kwasnik Z. i i wsp. (2009): Wybrane zagadnienia z podstaw rehabilitacji, fizjoterapii, aktywności ruchowej osób niepełnosprawnych, tematyka towarzyskiego, Radomska Szkoła Wyższa, Radom
	Skowroński W. (2006): Sprawność motoryczna osób niepełnosprawnych intelektualnie w 1993 i 2004 roku w Polsce, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, Warszawa

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>20</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>23</b>	
Studiowanie literatury	<b>10</b>	
Udział w konsultacjach	<b>10</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>35</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>diagnoza funkcjonalna (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_52N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	15	ZO	5
		wykład	15	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>5</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie umiej tno ci i kompetencji w zakresie odpowiedniego doboru metod oceny i post powania w badaniach ró nych komponentów sprawno ci funkcjonalnej osób w ró nym wieku. Przygotowanie do zorganizowania i przeprowadzenia bada naukowych z zakresu mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne reakcje ludzkiego organizmu w czasie wykonywania czynno ci ruchowych w spoczynku oraz w warunkach podejmowania wysiłku fizycznego.</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>Wymienia podstawowe elementy mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi</b>	<b>K_W05</b>	
	3	EP3	<b>Zna podstawowe metody diagnostyczne stosowane w badaniu sprawno ci funkcjonalnej u osób zró nicowanych wiekiem i stanem zdrowia</b>	<b>K_W13</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>Obsługuje aparatur badawcz z zakresu pomiaru sprawno ci funkcjonalnej i konstruuje procedur prostego eksperymentu badawczego</b>	<b>K_U02</b>	
	2	EP5	<b>Analizuje i interpretuje wyniki diagnozy procesów kontroluj cych ruch oraz oceny sprawno ci funkcjonalnej w oparciu o wybrane skale testowe.</b>	<b>K_U06</b>	
	3	EP6	<b>Potrafi opracowa wyniki bada kinezylogicznych oraz formuluje wnioski dla praktyki procesu usprawniania motorycznego.</b>	<b>K_U09</b>	
kompetencje społeczne	1	EP7	<b>Posiada kompetencje od przestrzegania wła ciwych relacji z innymi, najbli szym otoczeniem i społecze stwem podczas współpracy dotycz cej planowania i realizacji projektów</b>	<b>K_K03</b>	
	2	EP8	<b>jest gotów do poprawnego merytorycznie przekazu wiedzy z zakresu diagnozy funkcjonalnej uczestnikom bada oraz jasno formuluje odpowiedzi na zadawane pytania w dyskusji.</b>	<b>K_K06</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>diagnoza funkcjonalna</b>					

Forma zaj : wykład				
1. Wprowadzenie do diagnostyki funkcjonalnej w sporcie i rehabilitacji		5	2	
2. Funkcjonalny model działania układu ruchu		5	2	
3. Propriocepcja i kontrola neuromi niowa		5	2	
4. Functional movement system (fms) ? system oceny funkcjonalnej		5	2	
5. Ocena sprawno ci funkcjonalnej w oparciu o wybrane skale testowe (ADL, IADL skala Barthel).		5	2	
6. Trening funkcjonalny w szkoleniu sportowym. Trening funkcjonalny w rehabilitacji. Koordynacja ruchowa ? podstawy teoretyczne . Diagnoza zdolno ci koordynacyjnych. Kształtowanie koordynacyjnych zdolno ci motorycznych w sporcie. Programy wicze koordynacyjnych osób w ró nym wieku .		5	5	
Forma zaj : laboratorium				
1. Badania kontroli stabilno ci postawy ciała		5	2	
2. Analiza ruchów lokomocyjnych		5	1	
3. Pomiar momentów sił mi niowych w warunkach izokinetycznych		5	1	
4. Pomiar sprawno ci koordynacyjnej (MLS)		5	2	
5. Formułowanie problemu badawczego na podstawie dost pnej literatury w zakresie kultury fizycznej		5	1	
6. Przebieg zmienno ci wybranych aspektów koordynacji ruchowej pod wpływem wysiłku fizycznego ? eksperyment badawczy.		5	6	
7. Opracowanie wyników bada		5	2	
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>			
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3
	PROJEKT			EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
Forma i warunki zaliczenia	<p>1. Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach.</p> <p>2. Ocena projektu grupowego, w którym nale y przygotowa procedury eksperymentu, przeprowadzi badania, opisa wyniki eksperymentu i sformułowa wnioski- ocena projektu stanowi 30% oceny ko cowej.</p> <p>3. Projekt programu wicze doskonałych sprawno funkcjonaln osób zróżnicowanych wiekiem i stanem zdrowia - ocena projektu stanowi 10% oceny ko cowej.</p> <p>4. Egzamin pisemny obejmuj cy wiedz teoretyczn (pytania wymagaj ce dłuższej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologi , poj cia z zakresu kinezylogii, charakterystyk metod oceny funkcjonalnej w sporcie i rehabilitacji) - ocena z egzaminu stanowi 60% oceny ko cowej z przedmiotu.</p> <p>Zasady wyliczania oceny z przedmiotu</p> <p><b>Ocena ko cowa:</b></p> <p>1. Projekty realizowane w ramach laboratorium - 40%</p> <p>2. Egzamin pisemny - 60%</p>			
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Waga do redniej
	5	diagnoza funkcjonalna		Wa ona
	5	diagnoza funkcjonalna [laboratorium]	zaliczenie z ocen	0,40
	5	diagnoza funkcjonalna [wykład]	egzamin	0,60
Literatura podstawowa	Santana J.C. (2017): Trening Funkcjonalny, DB Publishing			
	Boyle M. (2010): Advances in Functional Training. Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes, Lotus Publishing			
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka. Teoria motoryczno ci człowieka w zarysie., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa			
	Scott M.L., Riemann B.L., Freddie H.F. (2000): Introduction to the sensorimotor system, w: Proprioception and neuromuscular control in joint stability, red. M. L. Scott, H., F. Freddie, Human Kinetics			



Literatura uzupełniająca	functionalmovement.com :
	Niewolna N., Zwierko T. (2015): The effect of core stability and functional exercises on selected speed and strength parameters in expert female footballers, Central European Journal of Sport Sciences and Medicine. 12(4), 4-10.
	Stepinski M., Ceylan H.I., Zwierko T. (2020): Seasonal variation of speed, agility and power performance in elite female soccer players: effect of functional fitness, Phys Activ Rev; 8: 16-25
	Wnorowski K., Skrobecki J. (2000): Teoretyczno-metodyczne podstawy kontroli motoryczności siatkarek i siatkarzy. , Rocznik naukowy, AWF Gdańsk, 53-78.
	Zajac A., Wilk., Poprzeczki S., Bacik B., Rzepka R., Mikołajec K., Nowak K. . (2010): Współczesny trening siły mięśniowej. Wydanie drugie uzupełnione, Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>30</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>5</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>20</b>
Studiowanie literatury	<b>20</b>
Udział w konsultacjach	<b>14</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>20</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>16</b>
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>125</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>5</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>dieta sportowca (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_65N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Wprowadzenie studentów w tematyk zasad ywienia sportowców uprawiaj cych ró ne dyscypliny sportu. Zapoznanie studentów z głównymi składnikami ywieniowymi i ich rol w wysiłku fizycznym. ywienie sportowców w ró nych okresach treningowych.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.	<b>K_W04</b>	
	4	EP4	posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie	<b>K_W06</b>	
	5	EP5	zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.	<b>K_W07</b>	

umiej tno ci	1	EP6	student potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet a wysi kiem fizycznym. potrafi analizowa , interpretowa przemiany biochemiczne zachodz ce w organizmie os b aktywnych fizycznie.	K_U07
	2	EP7	potrafi formu lowa opinie dotycz ce zachowa ywieniowych os b aktywnych fizycznie.	K_U03
	3	EP8	m owi o zagadnieniach zwi zanych z ywieniem w sporcie zrozumia łym j zykiem, stosuj c poprawn nomenklatur .	K_U03
	4	EP9	planuje i wdra a odpowiednie post powanie ywieniowe uwzgl dniaj c okre lony cel i mo liwo ci.	K_U11
	5	EP10	potrafi wskaza b ł dy i zaniedbania ywieniowe.	K_U13
	6	EP11	wykazuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezbd nych danych w literaturze.	K_U15
kompetencje spo łeczne	1	EP12	ma wiadomo swojej roli w ksztaltowaniu prawid łowych nawyk w ywieniowych i stosowaniu prawid łowej i bezpiecznej suplementacji u os b aktywnych fizycznie.	K_K05
	2	EP13	ma wiadomo roli prawid łowego ywienia cz łowieka poddanego wysi kowi fizycznemu	K_K05
	3	EP14	ma wiadomo konieczno ci stosowania wiedzy na temat zdrowiej wiedzy w praktyce trenerskiej	K_K07
	4	EP15	student rozumie potrzeb dalszego ksztalcenia si w zakresie zasad prawid łowego ywienia	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>dieta sportowca</b>				
Forma zaj : <b>wykład</b>				
1. Podstawowe informacje o problematyce ywieniowej. Poj cia zwi zane z ywieniem cz łowieka - mierniki zdrowotne. Determinanty sposobu ywienia, uwarunkowania w okresie ontogenezy.			6	3
2. Podstawowe sk ładniki od ywcze - bia łka, w łowodany t łuszcze, woda, sk ładniki mineralne i witaminy. Tabele warto ci od ywczej sportowc w. Warunki prawid łowego ywienia - piramidy ywieniowe, zalecenia ywieniowe dla os b aktywnych fizycznie. B ł dy ywieniowe i wyst powanie zaburze od ywania w populacji sportowc w (przyk łady chor b dietozale nych i autoimmunologicznych).			6	5
3. Programy zwi zane z promowaniem prawid łowych zachowa ywieniowych w sporcie.			6	2
Forma zaj : <b>wiczenia</b>				
1. Informacja ywieniowa na opakowaniu - r d ło wiedzy o produkcie ywno ciowym.			6	2
2. ywienie sportowc w r ó nych okresach treningowych. Programy ywieniowe dla dyscyplin wytrzyma ło ciowych, si łowych i szybko ciowych. Regulowanie masy cia ła.			6	3
Metody ksztalcenia	wyk ład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna			
Metody weryfikacji efekt w uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabus a
	KOLOKWIUM			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9
	PROJEKT			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP2,EP3,EP4
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze : obecno , aktywno na zaj ciach oraz przygotowanie projektu ywieniowego. Zaliczenie wykładów: kolokwium pisemne z tre ci realizowanych na wykładach.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocen ko cow z ka dego przedmiotu stanowi rednia arytmetyczna ocen z wicze i z wykładów.</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	dieta sportowca		Arytmetyczna	
	6	dieta sportowca [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	dieta sportowca [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Bean (2008): ywienie w sporcie, wyd. Zysk i S-ka, Pozna				
	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych				
Literatura uzupełniaj ca	Benardot D. (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie si do zaj	<b>20</b>				
Studiowanie literatury	<b>23</b>				
Udział w konsultacjach	<b>5</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: diagnostyka w sporcie osób niepełnosprawnych [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>elementy diagnostyki w sporcie wyczerpującym osób niepełnosprawnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_39N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	wiczenia	14	ZO	4
		wykład	6	E	
<b>Razem</b>			<b>20</b>		<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. JOANNA KRUK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki wykorzystywanej w sporcie osób niepełnosprawnych.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>student wie, jakie s kryteria stosowane w kwalifikacji do sportu lub wybranej aktywno ci ruchowej w przypadku osób niepełnosprawnych</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi rodowiska procesów zachodz cych w organizmie uwzgl dniaj c specyfik aktywno ci fizycznej</b>	<b>K_W03</b>	
umiej tno ci	1	EP3	<b>student umie dokona podstawowej klasyfikacji niepełnosprawno ci i klasyfikuje kandydatów do uprawiania sportu osób niepełnosprawnych</b>	<b>K_U11</b>	
	2	EP4	<b>stosuje podstawowe metody oceny poziomu sprawno ci w wybranych dyscyplinach sportów wybranych przez osoby niepełnosprawnych i potrafi interpretowa wyniki bada w tym zakresie</b>	<b>K_U12</b>	
	3	EP5	<b>konstruuje program aktywno ci sportowo-rekreacyjnej dla osób niepełnosprawnych w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego</b>	<b>K_U13</b>	

kompetencje społeczne	1	EP6	student ma wiadomo konieczno ci krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01	
	2	EP7	student jest gotów do przestrzegania reguł uczciwo ci w nauce, respektuj c przepisy prawa odnosz cego si do zagadnie zwi zanych z diagnostyk oraz sportem	K_K02	
	3	EP8	student nabywa kompetencji pozwalaj c mu na wykazywanie szacunku i zrozumienia w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zada badawczych	K_K03	
	4	EP9	student jest zorientowany na samodoskonalenie maj ce na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin	
Przedmiot: elementy diagnostyki w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych					
Forma zaj : wykład					
1. Klasyfikacje niepełnosprawno ci osób z ró nymi dysfunkcjami.			4	1	
2. Zasady stosowania testów funkcjonalnych w ród osób niepełnosprawnych			4	1	
3. Warunki bezpiecze stwa prowadzenia testów diagnostycznych			4	1	
4. Metody i zasady prowadzenia bada w diagnostyce aparatu ruchu			4	3	
Forma zaj : wiczenia					
1. Wprowadzenie w tematyk przedmiotu. Omówienie zasad pracy na zaj ciach oraz zasad zaliczenia przedmiotu.			4	2	
2. Specyfika rozwoju, kształtowania i testowania zdolno ci motorycznych oraz komponentów sprawno ci fizycznej niepełnosprawnych sportowców			4	2	
3. Ró nice w diagnostyce czynno ciowej w zale no ci od wieku i płci badanych osób niepełnosprawnych			4	2	
4. Stosowanie wybranych testów i metod w badaniach niepełnosprawnych sportowców			4	6	
5. Wykorzystanie bada diagnostycznych w fizjoterapii niepełnosprawnych sportowców			4	2	
Metody kształcenia	wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, wiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne połączone z dyskusj				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2	
	KOŁOKWIUM			EP1,EP2	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze : Warunkiem podstawowym zaliczenia wicze jest obecno na zaj ciach. Na ocen ko cow maj wpływ: - oceny za aktywno studenta na zaj ciach - wyniki kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z egzaminu w stosunku 1:1. Wszystkie wy ej wymienione elementy musz by zaliczone minimum na ocen dostateczn .				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	elementy diagnostyki w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych		Arytmetyczna	
	4	elementy diagnostyki w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	elementy diagnostyki w sporcie wyczynowym osób niepełnosprawnych [wykład]	egzamin		

Literatura podstawowa	Chojnacki K. (2008): Walory rewalidacyjne wybranych dyscyplin sportu uprawianych na wózkach, AWF Kraków, Kraków
	Kosmol A. (red.) (2008): Teoria i praktyka sportu osób niepełnosprawnych, AWF Warszawa, Warszawa
	Molik B. (red.) (2009): Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych: osoby z dysfunkcją narządu ruchu, niepełnosprawne intelektualnie, niewidome i słabowidzące, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, Warszawa
	Roniker A. (1997): Diagnostyka czynnościowa osób niepełnosprawnych. Cz.1, Założenia ogólne, AWF Warszawa
	Iljyński J. (1999): Sport w rehabilitacji niepełnosprawnych, Studio Wydawnicze AGAT, Kraków
Literatura uzupełniająca	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa
	Hady-Bartkowiak K. i wsp. (2007): Vademecum sportu niepełnosprawnych - przepisy i regulaminy, Oficyna Wydawnicza Aba, Warszawa
	Ucinowicz N., Seidel W., Zostawa P., Klich S. (2013): Metody obiektywizacji i parametryzacji w klasyfikacji funkcjonalnej w pływaniu osób niepełnosprawnych, Fizjoterapia, nr 21(3), s. 50-59.
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>	
	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>20</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>18</b>
Studiowanie literatury	<b>16</b>
Udział w konsultacjach	<b>10</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>34</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_60N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Celem zaj jest przekazanie studentom wiedzy w zakresie podstaw diagnostyki i leczenia urazów sportowych oraz podstawowych zasad fizjologii treningu sportowego.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo podstawowej wiedzy w zakresie anatomii, fizjologii i biomechaniki organizmu ludzkiego</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>posiada wiedz w zakresie zmian zachodz cych w organizmie pod wpływem wysiłku fizycznego (urazowo w sporcie)</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>posiada wiedz w zakresie przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego i znaczenie odnowy biologicznej w sporcie (elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>posiada wiedz w zakresie rozpoznawania i oddziaływanie negatywnych czynników rodowiska na organizm człowieka (choroby a sport; urazowo w sporcie)</b>	<b>K_W06</b>	
	4	EP4	<b>posiada wiedz w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia niezbd nej do zachowania dobrego stanu zdrowia (choroby a sport; elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)</b>	<b>K_W07</b>	
umiej tno ci	1	EP5	<b>potrafi dokona analizy czynników zagra aj cych zdrowiu, wpływaj cych na pogorszenie stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej i psychicznej (choroby a sport; urazowo w sporcie)</b>	<b>K_U07</b>	
	2	EP6	<b>potrafi posługiwa si sprz tem i aparatur wykorzystywana w odnowie biologicznej sportowców oraz w rehabilitacji (elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)</b>	<b>K_U13</b>	
kompetencje społeczne	1	EP7	<b>potrafi przestrzega zasad etycznych w decyzjach i działaniach podejmowanych w stosunku do sportowców (urazowo w sporcie; elementy odnowy biologicznej i współczesne rehabilitacji w sporcie)</b>	<b>K_K02</b>	
	2	EP8	<b>potrafi propagowa zdrowy styl ycia. promuje zachowania zdrowotne w rodowisku sportowców (choroby a sport)</b>	<b>K_K06</b>	



TRE CI PROGRAMOWE		Semestr	Liczba godzin		
Przedmiot: <b>elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Definicja odnowy biologicznej. Cele i zadania odnowy biologicznej. Zasady stosowania <b>rodków odnowy biologicznej.</b>		6	1		
2. <b>Metodyczne rodki odnowy biologicznej. Cykle treningowe.</b>		6	1		
3. <b>Higieniczne rodki odnowy biologicznej. Zm czenie. Znu enie i monotonia.</b>		6	1		
4. <b>Przetrenowanie sympatykotoniczne i parasympatykotoniczne. Odnowa biologiczna w profilaktyce urazowej aparatu ruchu.</b>		6	1		
5. <b>Metody psychologiczne w odnowie biologicznej. Trening autogenny Schultza. Joga i wiczenia oddechowe.</b>		6	1		
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. <b>Rola ywienia w odnowie biologicznej</b>		6	2		
2. <b>Odnowa biologiczna w wybranych dyscyplinach naukowych. Programowanie odnowy biologicznej.</b>		6	2		
3. <b>Fizyczne rodki odnowy. Masa , elektroterapia, termo i hydroterapia</b>		6	2		
4. <b>Specyfika o rodków SPA i wellness.</b>		6	4		
Metody kształcenia	Wykład: Wykład z prezentacj multimedialn wiczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zaj , zaj cia praktyczne, rozwi zywanie zada problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z ksi k , analiza i przegl d tematyczny literatury-przygotowanie zaj na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusu		
	<b>KOŁOKWIUM</b>		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5		
	<b>SPRAWDZIAN</b>		EP1,EP2,EP3		
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7		
	<b>PROJEKT</b>		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8		
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8		
Forma i warunki zaliczenia	choroby a sport: Ocena z przedmiotu stanowi 30% oceny ko cowej z modułu: zaliczenie ko cowe obejmuje-pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium ko cowego z wykładów oraz pozytywne zaliczenie wicze : wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej. urazowo w sporcie; Ocena z przedmiotu stanowi 30% oceny ko cowej z modułu: zaliczenie ko cowe obejmuje-pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium ko cowego z wykładów oraz pozytywne zaliczenie wicze : wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej. <b>elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie:</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena z przedmiotu stanowi redni arytmetyczna z ocen uzyskanych z wykładów i wicze .</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie		Arytmetyczna	
	6	elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	6	elementy odnowy biologicznej i współczesnej rehabilitacji w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		

Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing London.
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa.
	Dziak A. (2002): Urazy i uszkodzenia w sporcie,, Kasper, Kraków.
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zm czenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.
	Jager A., Krawczyk J. (2012): Wybrane zagadnienia z medycyny sportowej, PZWL , Warszawa.
	Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2005): Medycyna sportowa, Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej , Warszawa.
	Karczewski J. (2008): Higiena., Czelej, Lublin
	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa.
	Kasprzak W., Ma kowska A. (2008): Fizykoterapia medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL Warszawa
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej , BIOSPORT, Kraków.
	M dra M. (2004): Medycyna sportowa Medsportpress, Warszawa.
	Mieczkowski T (red.) (2001): Dodatnie i ujemne aspekty aktywno ci ruchowej, IKF US.
	Woynarowska B. (2008): Edukacja zdrowotna,, PWN Warszawa
Literatura uzupełniają ca	Celejowa I. (2001): ywienie w treningu i walce sportowej, Centralny O rodek Sportu, Warszawa.
	Górski J. (2002): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego wyd. 2, Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
	Hübner-Wo niak E., Lutostawska G. (2000): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego, Centralny O rodek Sportu, Warszawa.
	Krzystyniak K. L. (2009): Odnowa biologiczna w sporcie i profilaktyce zdrowotnej, Wydawnictwo PPWSZ, Nowy Targ.
	Magiera L., Walaszek R. (2007): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej,, Wydawnictwo Biosport, Kraków.
	Ronikier A. (2001): Fizjologia sportu, Centralny O rodek Sportu, Warszawa.
	Siero A., Stanek A., Cie la G. (red.) (2013): Wellness SPA Anti-Aging, , Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa.
	Tomaszewski W. (red.) (2001): Od ywki i preparaty wspomagaj ce w sporcie, Wydawnictwo MEDSPORTPRESS, Warszawa.
	Zaj c A., Zydek G., Michalczyk M., Poprz cki S., Czuba M., Goła A., Boruta-Gojny B. (2014): ywienie i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych, wyd. 1, Katowice.
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>	
	Liczba godzin
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie si do zaj	<b>20</b>
Studiowanie literatury	<b>23</b>
Udział w konsultacjach	<b>5</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>fizjologia człowieka (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_13N</b>		
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 		
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	laboratorium	15	0	ZO	6
		wykład	15	0	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>			<b>6</b>
Koordynator przedmiotu:		dr JAROSŁAW MURACKI				
Prowadz cy zaj cia:		dr RAFAŁ BURYTA				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zdobycie przez studentów wiedzy na poziomie funkcji narz dów i układów wewn trznych; szczególnie w stanach spoczynku, wysiłku i wypoczynku. Szczególn uwag zwraca si na funkcji organizmu w spoczynku, w zale no ci od wieku (w przebiegu ontogenezy) i stopnia osobniczej aktywno ci ruchowej.				
Wymagania wst pne:		Znajomo ci anatomii, biochemii i biologii człowieka w stopniu podstawowym (na poziomie 5 polskie ramy kwalifikacji)				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student zna budow i funkcjonowanie organizmu człowieka na poziomie fizjologicznym w czasie spoczynku, wysiłku fizycznego i beczynno ci ruchowej		K_W01	
	2	EP2	student zna interakcje poszczególnych układów człowieka na poziomie fizjologicznym w zale no ci od aktywno ci fizycznej człowieka		K_W02	
	3	EP3	student zna prawidłow terminologii z zakresu fizjologii człowieka na poziomie podstawowym.		K_W13	
umiej tno ci	1	EP4	student analizuje przebieg reakcji fizjologicznych organizmu człowieka w oparciu o proste badania fizjologiczne wykonywane pod kierunkiem prowadz cego zaj cia		K_U02 K_U10	
	2	EP5	student wykonuje pomiary podstawowych parametrów fizjologicznych oraz		K_U02	
	3	EP6	student interpretuje wyniki bada fizjologicznych w tym równie w kontek cie planowanego wysiłku fizycznego		K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP7	student jest wiadom znaczenia bada fizjologicznych w propagowaniu zachowa prozdrowotnych w ró nych grupach społecznych		K_K06	
	2	EP8	student aktywnie anga uje si w stawiane zadnia oraz projekty		K_K05	
<b>TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI</b>				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: <b>fizjologia człowieka</b>						

Forma zaj : wykład					
1. Elementy cytofizjologii		2	2		
2. Fizjologiczne podstawy funkcjonowania wybranych układów człowieka z uwzgl dnieniem wpływu wysiłku fizycznego		2	10		
3. Zarys fizjologii krwi		2	2		
4. Fizjologiczne mechanizmy utrzymywania homeostazy organizmu człowieka		2	1		
Forma zaj : laboratorium					
1. Wst p do fizjologii człowieka		2	2		
2. Fizjologia układu nerwowego		2	2		
3. Fizjologiczne podstawy ruchu		2	3		
4. Fizjologia układu kr eniowo-oddechowego		2	2		
5. Podstawy hematologii		2	1		
6. Fizjologiczne podstawy trawienia i wydalania		2	2		
7. Podstawowe zaganiane z zakresu zastosowania testów fizjologicznych w ocenie wydolno ci człowieka		2	2		
8. Podsumowanie i zaliczenie wicze		2	1		
Metody kształcenia	Prezentacja multimedialna, Praca w grupach i indywidualna, Wykonywanie do wiadczze , Dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP5,EP6,EP7,EP8	
Forma i warunki zaliczenia	1. Wykonanie i omówienie do wiadczze oraz pozytywna ocena z kolokwium zaliczeniowego obejmuj cego tematyk realizowan na wiczeniach stanowi 50% oceny ko cowej z przedmiotu. 2. Egzamin pisemny stanowi 50% oceny ko cowej obejmuje wiedz z zakresu przedmiotu realizowanego w formie wykładowej.  Kolokwium obejmuje wiedz z wykładów. Zaliczenie wicze na podstawie obecno ci, aktywno ci, wykonanej prezentacji.  W okresie nauczania hybrydowego lub wył cznie nauczania zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi: 1. obecno na wiczeniach jest obowi zkowa. Oceniana jest obecno i aktywno co stanowi 20% oceny z przedmiotu ( wiczenia) 2. Kolokwium - test online 80% oceny z przedmiotu ( wiczenia) 3. Egzamin ustny online - obejmuje materiał z wicze i wykładów 100% oceny (wykład).  Zasady wyliczania oceny z przedmiotu  Warunki przedstawione w punktach 1,2 i 3 musz by spełnione na ocen min. dostateczn .				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	fizjologia człowieka		Arytmetyczna	
	2	fizjologia człowieka [wykład]	egzamin		
	2	fizjologia człowieka [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Górski J. (2010): Fizjologia człowieka., PZWL, Warszawa				
	Jaskólski A, Jaskólska A (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF Wrocław, Wrocław				
	Konturek S. (2007): Fizjologia człowieka. , Elsevier Urban & Partner, Wrocław				
	Traczyk W. (2016): Zarys fizjologii człowieka., PZW, Warszawa				

Literatura uzupełniająca	Górski J. (2011): Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, Warszawa (2011): Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego., PZWL, Warszawa
	Kostrzewa-Nowak D. i wsp. (2015): Effect of 12-week-long aerobic training programme on body composition, aerobic capacity, complete blood count and blood lipid profile among young women. 103–113, Biochemia Medica 25,
	Silbernagl S., Despopoulos A. (2010): Ilustrowana fizjologia człowieka,, PZWL, Warszawa.
	Zawadzki M., Szafraniec R., Murawska-Ciałowicz E. (2006): Fizjologia człowieka - podręcznik dla studentów wydziałów kosmetologii,, Górnicki Wydawnictwo Medyczne,, Wrocław

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>30</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>28</b>	
Studiowanie literatury	<b>35</b>	
Udział w konsultacjach	<b>15</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>40</b>	
<b>Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>150</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>fizjologia sportu w grach zespołowych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_43N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	16	ZO	3
		wykład	6	E	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Celem modułu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodz cymi podczas treningu w sportach zespołowych. Znajomos?c? wpływu wysiłku fizycznego, zme?czenia oraz mechanizmów warunkuja?cych prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka. Umieje?tnos?c? okres?lania wydolnos?ci fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach zespołowych.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomos fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególnoSci znajomos funkcji narządów i układów wewnetrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zaj z Fizjologii człowieka.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>posiada podstawow wiedz w zakresie reakcji fizjologicznych zachodz cych w organizmie człowieka w ró nym wieku podczas treningu sportowego</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>dysponuje wiedz w zakresie oceny wysiłku i wydolno ci fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu.</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>zna i rozumie procesy zm czenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady ywienia sportowca bior cego udział w sporcie profesjonalnym b d amatorskim.</b>	<b>K_W04</b>	
	4	EP4	<b>zna podstawowe funkcje organizmu na ró nych poziomach organizacji, w tym tak e wyst puj ce podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywno ci fizycznej.</b>	<b>K_W05 K_W11</b>	

umiejętności	1	EP5	posiada podstawowe umiejętności ruchowe pozwalające na demonstrację przebiegu wybranych testów fizjologicznych lub motorycznych stosownych w grach zespołowych	K_U01	
	2	EP6	umie zastosować praktycznie wiedzę uzyskaną z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiających sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obciążeń treningowych	K_U04	
	3	EP7	posiada umiejętności posługiwania się instrumentarium stosownym w badaniach motorycznych i fizjologicznych oraz interpretacji danych zebranych podczas testów na potrzeby diagnostyki sportowej w grach zespołowych	K_U10 K_U11	
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanować i zorganizować badanie w zakresie fizjologii sportu adekwatnych do potrzeb zespołowych gier sportowych	K_U12 K_U14	
	5	EP9	potrafi interpretować wyniki i formułować wnioski pozwalające na opracowywanie różnych form treningu na podstawie badań fizjologicznych adekwatnych dla zespołowych gier sportowych	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie ocenić poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie fizjologii sportu i w razie konieczności zwrócić się o pomoc	K_K01	
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowiązującymi w badaniach diagnostycznych dotyczących analiz fizjologicznych i motorycznych	K_K02	
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny angażuje się w realizację stawianych przed nim celów i zadań.	K_K04	
	4	EP13	jest świadom konieczności ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu fizjologii sportu oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawności fizycznej	K_K10	
	5	EP14	ma wiadomo istotność wdrożenia wiadomości z zakresu fizjologii do treningu.	K_K01	
<b>TRECI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>fizjologia sportu w grach zespołowych</b>					
Forma zajęć : <b>wykład</b>					
1. <b>Metabolizm wysiłkowy</b>				5	1
2. <b>Ocena czynności organizmu podczas wysiłku fizycznego dynamicznego i statycznego</b>				5	2
3. <b>Fizjologiczne uwarunkowanie dzieci i młodzieży</b>				5	2
4. <b>Zmiany adaptacyjne w układzie mniowym w zależności od wielkości obciążenia treningowego w grach zespołowych</b>				5	1
Forma zajęć : <b>laboratorium</b>					
1. <b>Podstawy treningu sportowego</b>				5	2
2. <b>Fizjologiczne podstawy treningu wytrzymałościowego w grach zespołowych</b>				5	2
3. <b>Fizjologiczne podstawy treningu szybkości w grach zespołowych</b>				5	2
4. <b>Fizjologiczne podstawy treningu siły mniowej w grach zespołowych</b>				5	2
5. <b>Próg przemian anaerobowych i metody jego wyznaczania w grach zespołowych</b>				5	2
6. <b>Fizjologiczna ocena wysiłku i wydolności fizycznej</b>				5	2
7. <b>Zmęczenie i wypoczynek w grach zespołowych</b>				5	1
8. <b>Fizjologiczne podstawy doboru obciążeń w grach zespołowych</b>				5	2

9. Podsumowanie przedmiotu		5	1		
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zaj cia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacja multimedialn</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusu		
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2,EP3,EP4		
	KOLOKWIUM		EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9		
	PROJEKT		EP10,EP11,EP12,E P13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,E P9		
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )		EP10,EP11,EP12,E P13,EP14,EP2,EP5,EP6,EP7,EP8		
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie wicze :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aktywne uczestnictwo we wszystkich zaj ciach, stanowi 10% oceny ko cowej</li> <li>2. Zaliczenie praktyczno-teoretyczne, stanowi 20% oceny ko cowej</li> <li>3. Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grup eksperymentu dotycz tego fizjologicznych podstaw treningu sportowego, stanowi 10% oceny ko cowej</li> <li>4. Kolokwium pisemne z wicze , stanowi 20% oceny ko cowej</li> </ol> <p>Zaliczenie wykładów:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Egzamin pisemny obejmuj ce tre ci wykładów, stanowi 40% oceny ko cowej</li> </ol>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<p>Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-5 musz by zaliczone na ocen minimum dostateczna Ocena ko cowa jest redni wa on : 40% ocena z egzaminu oraz 60% ocena ko cowa z wicze Ocena z zaliczenia mo e ulec podwy szeniu w zakresie 10-20% za aktywno wolontariacka studenta na zasadach okre lonych przez prowadz cego.</p>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	fizjologia sportu w grach zespołowych		Wa ona	
	5	fizjologia sportu w grach zespołowych [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,40
	5	fizjologia sportu w grach zespołowych [wykład]	egzamin		0,60
Literatura podstawowa	Górski J. (2011) (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego, PZWL				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka., AWF Wrocław.				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej. , PWN				
Literatura uzupełniają ca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	22				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2				
Przygotowanie si do zaj	10				
Studiowanie literatury	8				
Udział w konsultacjach	5				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	18				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>				





# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>fizjologia sportu w sportach indywidualnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_46N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	16	ZO	3
		wykład	6	E	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		<p>zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodz cymi podczas treningu w sportach indywidualnych.</p> <p>poznanie wpływu wysiłku fizycznego, zmęczenia oraz mechanizmów warunkuj cych prawidłowe funkcjonowanie organizm człowieka.</p> <p>nabycie umieje?tnos?ci okres?lania wydolnos?ci fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach indywidualnych.</p> <p>nabycie kompetencji powalaj cych na gotowo do pracy z ró nymi grupami społecznymi</p>			
Wymagania wst pne:		Znajomo fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególności znajomo funkcji narz dów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zaj z Fizjologii człowieka.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada podstawow wiedz w zakresie reakcji fizjologicznych zachodz cych w organizmie człowieka w ró nym wieku podczas treningu sportowego.	K_W01	
	2	EP2	dysponuje wiedz w zakresie oceny wysiłku i wydolno ci fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu	K_W03	
	3	EP3	zna i rozumie procesy zm czenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady ywienia sportowca bior cego udział w sporcie profesjonalnym b d amatorskim.	K_W04	
	4	EP4	zna podstawowe funkcje organizmu na ró nych poziomach organizacji, w tym tak e wyst puj ce podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywno ci fizycznej.	K_W05 K_W11	

umiejętności	1	EP5	posiada podstawowe umiejętności ruchowe pozwalające na demonstrację przebiegu wybranych testów fizjologicznych lub motorycznych	K_U01	
	2	EP6	umie zastosować praktycznie wiedzę uzyskaną z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiających sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obciążeń treningowych	K_U04	
	3	EP7	posiada umiejętności posługiwania się instrumentarium stosownym w badaniach motorycznych i fizjologicznych oraz interpretacji danych zebranych podczas testów na potrzeby diagnostyki sportowej	K_U10 K_U11	
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanować i zorganizować badanie w zakresie fizjologii sportu	K_U12 K_U14	
	5	EP9	potrafi interpretować wyniki i formułować wnioski pozwalające na opracowywanie i indywidualizowanie różnych form treningu na podstawie badań fizjologicznych	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie ocenić poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie fizjologii sportu i w razie konieczności zwrócić się o pomoc	K_K01	
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowiązującymi w badaniach diagnostycznych dotyczących analiz fizjologicznych i motorycznych	K_K02	
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny angażuje się w realizację stawianych przed nim celów i zadań	K_K04	
	4	EP13	jest świadom konieczności ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu fizjologii sportu oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawności fizycznej	K_K10	
	5	EP14	ma wiadomo istotne świadomości wiadomości z zakresu fizjologii do treningu.	K_K07	
<b>TRECI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>fizjologia sportu w sportach indywidualnych</b>					
Forma zajęć : <b>wykład</b>					
1. <b>Metabolizm wysiłkowy</b>				5	1
2. <b>Ocena czynności organizmu podczas wysiłku fizycznego dynamicznego i statycznego</b>				5	2
3. <b>Fizjologiczne uwarunkowanie dzieci i młodzieży</b>				5	2
4. <b>Zmiany adaptacyjne w układzie mniowym w zależności od wielkości obciążenia treningowego w sportach indywidualnych</b>				5	1
Forma zajęć : <b>laboratorium</b>					
1. <b>Monitoring treningu motorycznego w sportach indywidualnych</b>				5	2
2. <b>Fizjologiczne podstawy treningu wytrzymałościowego w sportach indywidualnych</b>				5	2
3. <b>Fizjologiczne podstawy treningu szybkości w sportach indywidualnych</b>				5	2
4. <b>Fizjologiczne podstawy treningu siły mniowej w sportach indywidualnych</b>				5	2
5. <b>Próg przemian anaerobowych i metody jego wyznaczenia w sportach indywidualnych</b>				5	2
6. <b>Fizjologiczna ocena wysiłku i wydolności fizycznej</b>				5	2
7. <b>Zmęczenie i wypoczynek w sportach indywidualnych</b>				5	1
8. <b>Fizjologiczne podstawy doboru obciążeń w sportach indywidualnych</b>				5	2
9. <b>Kolokwium i zaliczenie przedmiotu</b>				5	1
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zajęcia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacją multimedialną</li> </ul>				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP4</b>
	<b>KOLOKWIUM</b>				<b>EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9</b>
	<b>PROJEKT</b>				<b>EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9</b>
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				<b>EP11,EP12,EP13,EP14,EP5,EP6,EP7,EP8</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> <b>Aktywne uczestnictwo we wszystkich zaj ciach stanowi 10% oceny ko cowej</b> <b>Zaliczenie praktyczno-teoretyczne stanowi 20% oceny ko cowej</b> <b>Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grup eksperymentu dotycz cego fizjologicznych podstaw treningu sportowego stanowi 10% oceny ko cowej</b> <b>Kolokwium pisemne z wicze - stanowi 20% oceny ko cowej</b> <b>Zaliczenie wykładów:</b> <b>Egzamin pisemny i/lub kolokwium pisemne obejmuj ce tre ci wykładów- stanowi 40% oceny ko cowej</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Oceny ko cowa jest redni wa on oceny z wicze (60%) oraz kolokwium pisemnego lub egzaminu pisemnego (40%)</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	fizjologia sportu w sportach indywidualnych		Wa ona	
	5	fizjologia sportu w sportach indywidualnych [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,60
	5	fizjologia sportu w sportach indywidualnych [wykład]	egzamin		0,40
Literatura podstawowa	Górski J. (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego., PZWL				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF Wrocław				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej., PWN				
Literatura uzupełniają ca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			<b>22</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>2</b>		
Przygotowanie się do zaj			<b>10</b>		
Studiowanie literatury			<b>8</b>		
Udział w konsultacjach			<b>5</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>10</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>18</b>		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2451_15N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	laboratorium	20	ZO	6
		wykład	10	E	
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>6</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA			
Prowadz cy zaj cia:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA			
Cele przedmiotu:		Przedstawienie podstawowych poj , prawidłowo ci i problemów dotycz cych genetyki człowieka Nabycie umiej tno ci pracy w zespole w działaniach laboratoryjnych o charakterze podstawowym.			
Wymagania wst pne:		Zaliczenie przedmiotu "Wybrane zagadnienia z biologii człowieka"			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Student wie jak zbudowany jest i jak funkcjonuje materiał genetyczny w organizmie człowieka	K_W01	
	2	EP2	Ma wiedz na temat zasad i schematów dziedziczenia u człowieka	K_W02	
	3	EP3	Student rozumie udział czynników genetycznych w utrzymaniu homeostazy oraz procesach adaptacji do zmian rodowiskowych	K_W04	
umiej tno ci	1	EP4	Student potrafi przeprowadzi analiz danych liczbowych z prostych eksperymentów z zakresu genetyki klasycznej	K_U06	
	2	EP5	Student umie skorzysta z elektronicznych ródeł w celu uzyskania danych niezb dnych do rozwi zywania zada genetycznych	K_U08	
	3	EP6	Student ma umiej tno zidentyfikowania problemów z zakresu genetyki klinicznej	K_U12	
	4	EP7	Student potrafi rozpozna podstawowe objawy schorze genetycznych człowieka	K_U13	
kompetencje społeczne	1	EP8	Student posiada kompetencje do aktywnego wł czania si w realizacj projektów prospołecznych propaguj cych wiedz genetyczn	K_K04	
	2	EP9	Student jest gotów do przekazywania podstawowej wiedzy z zakresu genetyki ogólnej	K_K05	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Zarys historii genetyki, budowa kwasów nukleinowych.				2	1
2. Budowa ludzkiego genomu.				2	1

3. Mechanizmy ekspresji genetycznej	2	2			
4. Cytogenetyka kliniczna.	2	1			
5. Mutacje, mutageneza, choroby dziedziczone autosomalnie dominuj co i recesywnie.	2	2			
6. Choroby sprz one z płci , choroby mitochondrialne.	2	2			
7. Genetyka nowotworów	2	1			
Forma zaj : laboratorium					
1. Zasady pracy w laboratorium i przepisy BHP. Podstawowe poj cia genetyczne.	2	1			
2. Badanie struktury i wła ciwo ci kwasów nukleinowych. Izolacja kwasów nukleinowych. Budowa i wła ciwo ci DNA i RNA. Replikacja DNA.	2	3			
3. Analiza ilo ciowa DNA i RNA. Podziały komórkowe: mitoza i mejoza.	2	2			
4. Analiza jako ciowa kwasów nukleinowych. Ekspresja genów: transkrypcja i translacja.	2	2			
5. I i II prawo Mendla. Dziedziczenie zupełne i niezupełne. Dominacja i recesywno , kodominacja. Odst pstwa od praw Mendla. Allele wielokrotne, geny plejotropowe. Epistaza i hipostaza.	2	2			
6. Geny polimeryczne, dziedziczenie cech ilo ciowych. Wykorzystanie podstawowej analizy statystycznej w badaniach genetycznych.	2	2			
7. Dziedziczenie autosomalne dominuj ce i recesywnie. Przykłady chorób człowieka determinowanych autosomalnie dominuj co i recesywnie. Analiza rodowodu.	2	2			
8. Determinacja płci u człowieka. Dziedziczenie cech sprz onych z płci . Choroby człowieka sprz one z płci . Dziedziczenie mitochondrialne.	2	2			
9. Rekombinacje genetyczne: crossing-over. Genetyka populacji. Prawo Hardy'ego-Weinberga. Podsumowanie wicze .	2	4			
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych</li> <li>- wiczenia eksperymentalne prowadzone metod pracy w grupach</li> <li>- rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac nad zadaniami</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia si	Nr efektu uczenia si z sylabusu				
	EGZAMIN PISEMNY				
	KOLOKWIMUM				
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )				
		EP1,EP2,EP3			
		EP1,EP2,EP4,EP6,EP7			
		EP5,EP8,EP9			
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników egzaminu, obejmuj cego wiedz z wykładów oraz zalecanej literatury; Zaliczenie wicze : na podstawie aktywno ci na wiczeniach i wyników kolokwium;				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z egzaminu w stosunku 1:1.				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej		Arytmetyczna	
	2	genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej [wykład]	egzamin		
	2	genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Brown TA. (2015): Genomy., Wydawnictwo PWN				
	Connor M, Ferguson-Smith M. (1998): Podstawy genetyki klinicznej., Wydawnictwo PZWL				
	Jorde LB i wsp. (2000): Genetyka medyczna., Wydawnictwo Czelej,				
Literatura uzupełniają ca	W gle ski P. (2012): Genetyka molekularna, Wydawnictwo PWN				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			30		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		

Przygotowanie si do zaj	30
Studiowanie literatury	30
Udział w konsultacjach	14
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	14
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	30
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>150</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: genetyka w sporcie</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>genetyka sportowa (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_36N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	12	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. MAREK SAWCZUK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki molekularnej i genetycznej w sporcie Nabycie umiej tno ci pracy w laboratorium genetycznym Nabycie gotowo ci do pracy zespołowej oraz doksztalcania si w zakresie nowych doniesie z zakresu genetyki sportowej</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Zaliczenie przedmiotu "Wybrane zagadnienia z biologii człowieka" Zaliczenie przedmiotu "Genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej"</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	<b>Student wie, co le y u podstaw zmienno ci genetycznej człowieka, zna wpływ ró nic molekularnych na zmienn adaptacj wysiłkow i powysiłkow organizmu człowieka</b>			<b>K_W02</b>
	2	EP2	<b>Student zna warunki utrzymywania dynamicznej równowagi rodowiska procesów zachodz cych w organizmie na poziomie molekularnym uwzgl dniaj c specyfik aktywno ci fizycznej</b>			<b>K_W04</b>
	3	EP3	<b>Student posiada podstawow wiedz dotycz c planowania i wykorzystania technik i metod z zakresu genetycznej diagnostyki sportowej</b>			<b>K_W13</b>



umiejętności	1	EP4	Student posiada umiejętność wykonania podstawowych pomiarów z zakresu genetyki sportowej oraz ich oceny i wykorzystania technik i metod molekularnej diagnostyki sportowej	K_U02
	2	EP5	Student potrafi wykorzystać podstawowe metody analiz danych liczbowych do wstępnej weryfikacji wyników generowanych w trakcie eksperymentu z zakresu diagnostyki sportowej	K_U06
	3	EP6	Student potrafi uzupełnić kartę charakterystyki zawodnika lub amatora o dane wygenerowane w eksperymencie genetycznym i dokona interpretacji uzyskanych wyników	K_U10
	4	EP7	Student umie zastosować właściwą metodologię badań z zakresu genetyki sportowej dla potrzeb przeprowadzenia eksperymentu badawczego	K_U11
	5	EP8	Student potrafi samodzielnie zaplanować i wykonać analizy laboratoryjne z zakresu genetyki molekularnej oraz umie przygotować stosowną dokumentację eksperymentu	K_U12
kompetencje społeczne	1	EP9	Student ma wiadomości konieczne do krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i kompetencji zawodowych	K_K01
	2	EP10	Student jest gotów do przestrzegania reguł uczciwości w nauce, respektowania przepisów prawa odnoszących się do zagadnień związanych z diagnostyką oraz sportem	K_K02
	3	EP11	Student nabywa kompetencji pozwalających mu na gotowość odnośnienia się z szacunkiem i zrozumieniem w stosunku do osób, z którymi współpracuje w trakcie realizacji projektów i zadań badawczych	K_K03
	4	EP12	Student jest zdolny do skutecznego przekazywania informacji z zakresu diagnostyki sportowej	K_K06
	5	EP13	Student jest zorientowany na samodoskonalenie mając na celu stałe uzupełnianie wiedzy	K_K07
TREŚCI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: <b>genetyka sportowa</b>				
Forma zajęć : <b>wykład</b>				
1. Wprowadzenie do genetyki w sporcie			4	2
2. Historia genetyki w sporcie			4	2
3. Zmienność genetyczna u człowieka			4	4
4. Problematyka określenia płci u człowieka			4	2
5. Zagadnienia związane z dopingiem genetycznym w sporcie			4	2
Forma zajęć : <b>laboratorium</b>				
1. Podstawowe zagadnienia genetyki w sporcie			4	1
2. Geny układu kalikreino-kininowego			4	2
3. Geny kodujące białka receptorów aktywowanych proliferatorami peroksydomów oraz ich koaktywatory			4	2
4. Geny kodujące receptory adrenergiczne			4	1
5. Geny kodujące białka strukturalne			4	1
6. Geny kodujące kluczowe enzymy metaboliczne			4	1
7. Geny kodujące białka szlaków mitochondrialnych			4	1
8. Geny kodujące białka uczestniczące w przekazywaniu neurosynaptycznym			4	1

Metody kształcenia	Wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, ćwiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, Rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne poł czone z dyskusj				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusa
	<b>KOLOKWIUM</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8</b>
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				<b>EP10,EP11,EP12,EP13,EP4,EP5,EP7,EP8,EP9</b>
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników kolokwium, obejmuj cego wiedz z wykładów oraz zalecanej literatury. Zaliczenie wicze : na podstawie aktywno ci na wiczeniach i wyników kolokwium.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena ko cowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z zaliczenia wicze i oceny z zaliczenia wykładów w stosunku 1:1.</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	genetyka sportowa		Arytmetyczna	
	4	genetyka sportowa [wykład]	zaliczenie z ocen		
	4	genetyka sportowa [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Ci szczyk P., Maciejewska A., Sawczuk M. (2008): Badania genetyczne w sporcie , Wydawnictwo Qprint , Szczecin				
	Słomski R. (2011): Analiza DNA. Teoria i praktyka , Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu , Pozna				
Literatura uzupełniaj ca	O'Connell K i wsp. (2013): Collagen gene sequence variants in exercise-related traits , Central European Journal of Sport Sciences and Medicine 1: 3–17				
	Posthumus M. Collins M. (2016): Genetics and Sports , Wydawnictwo Karger				
	Sawczuk M. i wsp. (2011): The role of genetic research in sport , Science & Sports 26: 251-258				
	Wang G. i wsp. (2013): Czy w sporcie miarodajne s testy genetyczne? , Sport Wyczynowy 3-4 (547-548): 68-83				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zaj cia dydaktyczne	<b>22</b>		<b>0</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie si do zaj	<b>20</b>				
Studiowanie literatury	<b>20</b>				
Udział w konsultacjach	<b>10</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>26</b>				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>historia kultury fizycznej (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2984_72N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	konwersatorium	5	ZO	2
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>10</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. RENATA URBAN</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>--- dr hab. RENATA URBAN</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie studentów z histori kultury fizycznej.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Student posiada ogóln wiedz z historii okre lon programem w szkole redniej.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>Student wyja nia ewolucje ideologii kultury fizycznej. Potrafi scharakteryzowa koncepcje wychowania fizycznego w poszczególnych okresach historycznych oraz rozwój kształcenia kadr kultury fizycznej</b>	<b>K_W10</b>	
	2	EP2	<b>Student zna poj cia i terminy opisuj ce oraz charakteryzuj ce nauk historii kultury fizycznej.</b>	<b>K_W10</b>	
umiej tno ci	1	EP3	<b>Student potrafi analizowa i wyci ga proste wnioski w zakresie historycznego procesu przemian w kulturze fizycznej.</b>	<b>K_U08</b>	
kompetencje społeczne	1	EP4	<b>Student wykazuje zdolno do krytycznego wyra nia opinii.</b>	<b>K_K01</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>historia kultury fizycznej</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Ideologia kultury fizycznej w poszczególnych epokach historycznych. Główne kierunki rozwoju kultury fizycznej na wiecie. Problematyka kultury fizycznej w staro ytno ci, w redniowieczu, okresie <b>Odrodzenia i O wiecenia.</b>				5	1
2. Proces rozwoju i przeobra e kultury fizycznej w Polsce. Społeczne i polityczne aspekty organizacji ruchu gimnastycznego i sportowego.				5	1
3. Rozwój koncepcji, teorii oraz kadr w ruchu sportowym.				5	1
4. Nowo ytny ruch olimpijski.				5	1
5. <b>Kultura fizyczna w Polsce i na Pomorzu Zachodnim po 1945 roku</b>				5	1
Forma zaj : <b>konwersatorium</b>					
1. <b>Kultura fizyczna w staro ytno ci</b>				5	2

2.					
wychowanie fizyczne, gimnastyka i sport w XIX wieku				5	2
3. Ruch olimpijski				5	1
Metody kształcenia	wykład informacyjny -prezentacja multimedialna				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM				EP1,EP2,EP3,EP4
	ZAJ ĆIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEC OBSERWACJ )				EP3,EP4
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie konwersatoriów: Zaliczenie zostaje uzyskane po zaliczeniu wszystkich elementów określonych w sylabusie, tj. kwerendy źródłowej, pracy na konwersatoriach</p> <p>Zaliczenie wykładów: kolokwium z trzech wykładów</p> <p>Zasady wyliczania oceny z przedmiotu</p> <p>Ustalenie oceny zaliczeniowej na podstawie ocen częściowych otrzymanych w trakcie semestru za prace studenta. Na ocenę końcową ma wpływ: -praca indywidualna studenta (kwerenda źródłowa)- ocena stanowi 20% oceny końcowej, aktywność w trakcie konwersatorium- ocena stanowi 50% oceny końcowej, kolokwium pisemne stanowi odpowiednio 30% oceny końcowej. Wszystkie wymienione wyżej elementy muszą być zaliczone minimum na ocenę dostateczną.</p>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	historia kultury fizycznej		Waga	
	5	historia kultury fizycznej [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		0,70
	5	historia kultury fizycznej [wykład]	zaliczenie z ocen		0,30
Literatura podstawowa	<p>Gaj J., H dzelek K. (1997): Dzieje kultury fizycznej w Polsce, Poznań</p> <p>Lipowski Wojciech (2012): Historia sportu, Warszawa</p> <p>Szymański L. (2004): Kultura fizyczna i turystyka w polityce Polski Ludowej 1944-1989. , Wrocław</p> <p>Wróczyński R. (2002): Powszechne dzieje wychowania fizycznego i sportu., Warszawa</p>				

Literatura uzupełniająca	Godlewski P. (2006): Sport w Polsce na tle politycznej rzeczywistości lat 1944-1956., Poznań
	Gostowski R. (1959): Sport w starożytności, Warszawa
	Laskiewicz H. (2001): Instytut Kultury Fizycznej w Szczecinie (1950-2000), Szczecin
	Laskiewicz H. (1993): Powstanie i rozwój organizacyjny ruchu sportowego na Pomorzu Zachodnim (1945-1957)., Szczecin
	Łanowski J. (2000): Wiatry olimpijskie., Poznań
	Maksimowska B. (red.) (1999): Z najnowszych dziejów kultury fizycznej w Polsce (1918 - 1989)., Czestochowa
	Ordyłowski M. (1997): Historia kultury fizycznej Starożytność - Oświecenie., Wrocław
	Suchodolski B., Wroczyński R. (red.) (1964): Rozwój kultury fizycznej w okresie Odrodzenia i Oświecenia. Wprowadzenie do dziejów kultury fizycznej., Wrocław
	Suchodolski B., Wroczyński R. (red.) (1959): Rozwój myśli o wychowaniu fizycznym w dobie Odrodzenia. Wprowadzenie do dziejów kultury fizycznej., Wrocław-Kraków
	Szymański L. (1999): Kultura fizyczna w polityce II Rzeczypospolitej, Wrocław

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>10</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>9</b>
Studiowanie literatury	<b>25</b>
Udział w konsultacjach	<b>2</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>2</b>
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>immunologia w praktyce laboratoryjnej (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_30N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	10	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>20</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>zapoznanie si z podstawowymi metodami immunologicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych nabycie umiej tno ci wykonywani prostych bada immunologicznych przygotowanie do pracy zespołowej w laboratorium badawczym</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce do stanów chorobowych człowieka			K_W02 K_W04
	2	EP2	omawia immunologiczne aspekty wybranych zmian pod wpływem stałego wysiłku fizycznego			K_W13
umiej tno ci	1	EP3	wykazuje umiej tno poprawnego rozpoznawania ró nych stanów chorobowych i zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada immunologicznych			K_U10 K_U14
	2	EP4	wykonuje podstawowe analizy immunologiczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce sportowej pod kierunkiem opiekuna naukowego			K_U02
	3	EP5	umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych			K_U05
kompetencje społeczne	1	EP6	jest gotów do współdziałania i pracy w grupie			K_K05
	2	EP7	aktualizuje swoj wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego			K_K01
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>immunologia w praktyce laboratoryjnej</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. Główne komponenty i cechy odpowiedzi immunologicznej					3	2
2. Przeciwciała - klasyfikacji i znaczenie diagnostyczne					3	1

3. Cytokiny i chemokiny w praktyce laboratoryjnej		3	2		
4. Szczepionki i surowice.		3	2		
5. Wybrane antybiotyki.		3	3		
Forma zaj : laboratorium					
1. Metody bada w immunologicznych		3	3		
2. Zastowie wybranych technik instrumentalnych w immunologicznej praktyce laboratoryjnej		3	3		
3. Ocena wyrzutu cytokin prozapalnych		3	3		
4. Podsumowanie wicze		3	1		
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna (wykłady), praca w grupach ( wiczenia), wykonywanie do wiadcze laboratoryjnych ( wiczenia)				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP4,EP5,EP6,EP7	
Forma i warunki zaliczenia	Kolokwium pisemne obejmuje wiedz z wykładów (70% oceny ko cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno ci, aktywno ci sprawozda z wykonanych do wiadcze (30% oceny ko cowej).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Kolokwium pisemne obejmuje wiedz z wykładów (70% oceny ko cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno ci, aktywno ci sprawozda z wykonanych do wiadcze (30% oceny ko cowej).				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	immunologia w praktyce laboratoryjnej		Wa ona	
	3	immunologia w praktyce laboratoryjnej [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
	3	immunologia w praktyce laboratoryjnej [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,30
Literatura podstawowa	Jakóbisiak M., Stokłosa T., Lasek W., Goł b J. (2012): Immunologia, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	Kostrzewa-Nowak D (2018): Ocena powysiłkowych zmian wybranych subpopulacji limfocytów krwi obwodowej oraz niektórych cytokin osoczowych u piłkarzy no nych ró nych kategorii wiekowych, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczeci skiego, Szczecin				
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Ci szczyk P. (2015): Post-effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season., Journal of Strength and Conditioning Research 2015; 29(5): 1399-1405				
	Nowak R (2019): Wysiłek progresywny jako czynnik wpływaj cy na sekrecj wybranych cytokin oraz indukcj i egzekucj apoptozy limfocytów T u piłkarzy no nych, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczeci skiego, Szczecin				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne	<b>20</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie si do zaj	<b>30</b>				
Studiowanie literatury	<b>5</b>				
Udział w konsultacjach	<b>10</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>33</b>				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>				





# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>J zyk obcy [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>j zyk angielski (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2643_28N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk angielski, semestr: 4 - j zyk angielski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	lektorat	30	0	ZO	5
	4	lektorat	30	0	E	5
<b>Razem</b>			<b>60</b>			<b>10</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>mgr MIROSŁAW MIKOŁAJCZYK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>mgr MIROSŁAW MIKOŁAJCZYK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Doprowadzenie studenta do poziomu kompetencji j zykowej definiowanej jako B2</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Poziom kompetencji j zykowej definiowanej jako B1</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student zna j zyk specjalistyczny z zakresu diagnostyki sportowej			<b>K_W13</b>
umiej tno ci	1	EP2	student posiada umiej tno ci j zykowe w zakresie nauk medycznych i nauk o kulturze fizycznej niezbd nych do prowadzenia działalno ci zawodowej zwi zanej z diagnostyk sportow zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Opisu Kształcenia J zykowego.			<b>K_U16</b>
kompetencje społeczne	1	EP3	student jest gotów do propagowania w j zyku obcym wiedzy dotycz cej diagnostyki sportowej			<b>K_K01 K_K06</b>
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>j zyk angielski</b>						
Forma zaj : <b>lektorat</b>						
1. Wprowadzenie ogólnej terminologii z zakresu diagnostyki sportowej					3	10
2. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					3	20
3. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					4	10
4. Zaj cia zwi zane z materiałem leksykalno-gramatycznym zawartym w podr czniku i wynikaj cym z celów nauczania na poziomie B2+					4	20

Metody kształcenia	1. konwersacje 2. symulacja scenek z życia codziennego 3. słuchanie dialogów, tekstów i wiadomości 4. oglądanie krótkich filmów (sceny z życia codziennego) 5. czytanie, analiza i tłumaczenie tekstów 6. ćwiczenia gramatyczne (pisane i interaktywne) 7. pisanie krótkich tekstów (maile, listy)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>				<b>EP1</b>
	<b>SPRAWDZIAN</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>				<b>EP2</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie przedmiotu na ocenę . Egzamin w formie pisemnej.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocenę końcową z wicze stanowi średnia ocen ze sprawdzianu i z pracy pisemnej. Ocenę końcową z przedmiotu stanowi ocena z egzaminu.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	język angielski		Ważona	
	3	język angielski [lektorat]	zaliczenie z ocen		1,00
	4	język angielski		Ważona	
	4	język angielski [lektorat]	egzamin		1,00
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	<b>60</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie się do zajęć	<b>60</b>				
Studiowanie literatury	<b>30</b>				
Udział w konsultacjach	<b>26</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>30</b>				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>42</b>				
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>250</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>10</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>J zyk obcy [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>j zyk niemiecki (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2644_27N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk niemiecki, semestr: 4 - j zyk niemiecki</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	lektorat	30	0	ZO	5
	4	lektorat	30	0	E	5
<b>Razem</b>			<b>60</b>			<b>10</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>mgr JOANNA PA NICKA-STOPA</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>mgr JOANNA PA NICKA-STOPA</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Doprowadzenie studenta do poziomu kompetencji j zykowej definiowanej jako B2</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Poziom kompetencji j zykowej definiowanej jako B1</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student zna j zyk specjalistyczny z zakresu diagnostyki sportowej			<b>K_W13</b>
umiej tno ci	1	EP2	student posiada umiej tno ci j zykowe w zakresie nauk medycznych i nauk o kulturze fizycznej niezb dnych do prowadzenia działalno ci zawodowej zwi zanej z diagnostyk sportow zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Opisu Kształcenia J zykowego.			<b>K_U16</b>
kompetencje społeczne	1	EP3	student jest gotów do propagowania w j zyku obcym wiedzy dotycz cej diagnostyki sportowej			<b>K_K06</b>
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>j zyk niemiecki</b>						
Forma zaj : <b>lektorat</b>						
1. Wprowadzenie ogólnej terminologii z zakresu diagnostyki sportowej					3	10
2. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					3	20
3. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					4	10
4. Zaj cia zwi zane z materiałem leksykalno-gramatycznym zawartym w podr czniku i wynikaj cym z celów nauczania na poziomie B2+					4	20

Metody kształcenia	1. konwersacje 2. symulacja scenek z życia codziennego 3. słuchanie dialogów, tekstów i wiadomości 4. oglądanie krótkich filmów (sceny z życia codziennego) 5. czytanie, analiza i tłumaczenie tekstów 6. ćwiczenia gramatyczne (pisane i interaktywne) 7. pisanie krótkich tekstów (maile, listy)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>				<b>EP1</b>
	<b>SPRAWDZIAN</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>				<b>EP2</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie przedmiotu na ocenę . Egzamin w formie pisemnej.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocenę końcową z wicze stanowi średnia ocen ze sprawdzianu i z pracy pisemnej. Ocenę końcową z przedmiotu stanowi ocena z egzaminu.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	język niemiecki		Ważona	
	3	język niemiecki [lektorat]	zaliczenie z ocen		1,00
	4	język niemiecki		Ważona	
	4	język niemiecki [lektorat]	egzamin		1,00
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	<b>60</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie się do zajęć	<b>60</b>				
Studiowanie literatury	<b>30</b>				
Udział w konsultacjach	<b>26</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>30</b>				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>42</b>				
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>250</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>10</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>J zyk obcy [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>j zyk rosyjski (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2646_26N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk rosyjski, semestr: 4 - j zyk rosyjski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	lektorat	30	0	ZO	5
	4	lektorat	30	0	E	5
<b>Razem</b>			<b>60</b>			<b>10</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>mgr LUCYNA SM DZIK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>mgr LUCYNA SM DZIK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Doprowadzenie studenta do poziomu kompetencji j zykowej definiowanej jako B2</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Poziom kompetencji j zykowej definiowanej jako B1</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	student zna j zyk specjalistyczny z zakresu diagnostyki sportowej			<b>K_W13</b>
umiej tno ci	1	EP2	student posiada umiej tno ci j zykowe w zakresie nauk medycznych i nauk o kulturze fizycznej niezbdnych do prowadzenia działalno ci zawodowej zwi zanej z diagnostyk sportow zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Opisu Kształcenia J zykowego.			<b>K_U16</b>
kompetencje społeczne	1	EP3	student jest gotów do propagowania w j zyku obcym wiedzy dotycz cej diagnostyki sportowej			<b>K_K01 K_K06</b>
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>j zyk rosyjski</b>						
Forma zaj : <b>lektorat</b>						
1. Wprowadzenie ogólnej terminologii z zakresu diagnostyki sportowej					3	10
2. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					3	20
3. Doskonalenie wszystkich kompetencji j zykowych (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) zgodnie z wybranym podr cznikiem.					4	10
4. Zaj cia zwi zane z materiałem leksykalno-gramatycznym zawartym w podr czniku i wynikaj cym z celów nauczania na poziomie B2+					4	20

Metody kształcenia	<b>1. konwersacje</b> <b>2. symulacja scenek z życia codziennego</b> <b>3. słuchanie dialogów, tekstów i wiadomości</b> <b>4. oglądanie krótkich filmów (sceny z życia codziennego)</b> <b>5. czytanie, analiza i tłumaczenie tekstów</b> <b>6. ćwiczenia gramatyczne (pisane i interaktywne)</b> <b>7. pisanie krótkich tekstów (maile, listy)</b>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>				<b>EP1</b>
	<b>SPRAWDZIAN</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>				<b>EP2</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie przedmiotu na ocenę . Egzamin w formie pisemnej.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia ocen ze sprawdzianu i z pracy pisemnej. Ocenę końcową z przedmiotu stanowi ocena z egzaminu.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	język rosyjski		Ważona	
	3	język rosyjski [lektorat]	zaliczenie z ocen		1,00
	4	język rosyjski		Ważona	
	4	język rosyjski [lektorat]	egzamin		1,00
Literatura podstawowa	Anna Pado (2006): Start.ru 1, WSiP, Warszawa				
	Anna Pado (2010): Start.ru 2, WSiP, Warszawa				
	materiały z rosyjskich stron Internetowych :				
Literatura uzupełniająca	www.yandex.ru; www.gramota.ru :				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	<b>60</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>4</b>				
Przygotowanie się do zajęć	<b>65</b>				
Studiowanie literatury	<b>50</b>				
Udział w konsultacjach	<b>30</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>20</b>				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>21</b>				
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>250</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>10</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>kontrola motoryczna (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_50N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie umiej tno ci i kompetencji w zakresie odpowiedniego doboru metod oceny i post powania w badaniach ró nych komponentów sprawno ci motorycznej. Przygotowanie do zorganizowania i przeprowadzenia bada naukowych z zakresu mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi. Nabycie umiej tno ci prezentowania wiedzy i wyników bada .</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne reakcje ludzkiego organizmu w czasie wykonywania czynno ci ruchowych w spoczynku oraz w warunkach podejmowania wysiłku fizycznego	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	Wymienia podstawowe elementy mechanizmów sterowania i kontroli motorycznej w czasie wykonywania czynno ci ruchowych	<b>K_W05</b>	
umiej tno ci	1	EP3	Obsługuje aparatur badawcz z zakresu pomiaru czynno ci ruchowych i kontroli motorycznej.	<b>K_U02</b>	
	2	EP4	Potrafi opracowa wyniki bada kinezylogicznych oraz formuluje wnioski dla praktyki procesu treningu sportowego.	<b>K_U06</b>	
kompetencje społeczne	1	EP5	Przestrzega wła ciwych relacji z innymi studentami, najbli szym otoczeniem i społecze stwem podczas współpracy dotycz cej planowania i realizacji projektów.	<b>K_K03</b>	
	2	EP6	Stosuj c wła ciw terminologi potrafi w jasny sposób przekaza wied z zakresu pomiaru kinezylogicznego uczestnikom procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji oraz jasno formuluje odpowiedzi na zadawane pytania w dyskusji	<b>K_K06</b>	
	3	EP7	Student ma wiadomo swojej wiedzy i umiej tno ci, i jest gotów do dokonania prawidłowej samooceny własnych kompetencji oraz jest wiadomy potrzeby samodoskonalenia.	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin

Przedmiot: <b>kontrola motoryczna</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. Kontrola motoryczna i uczenie motoryczne		5	1			
2. Kontrola motoryczna - współczesne kierunki bada		5	2			
3. Zasady organizacji czynności ruchowej		5	2			
4. Sterowanie i regulacja ruchów ? struktury CUN odpowiedzialne za kontrol motoryczn oraz ich rola w tym procesie.		5	2			
5. Funkcjonalny model działania układu ruchu		5	1			
6. Teorie i modele motorycznego uczenia si		5	1			
7. Wspomaganie i ocena procesu motorycznego uczenia si .		5	1			
8. Sprawno funkcji sensomotorycznych u sportowców i osób nietrenuj cych.		5	0			
9. Sprawno funkcji sensomotorycznych u osób zró nicowanych stanem zdrowia.		5	0			
10. Wpływ zm czenia na przebieg procesów sensomotorycznych.		5	0			
Forma zaj : <b>wiczenia</b>						
1. Sprawno motoryczna a cechy ruchu.		5	1			
2. Formy czynno ci ruchowych człowieka		5	1			
3. Motoryczne uczenie si .		5	1			
4. Pomiar kinezylogiczny.		5	1			
5. Analiza procesów sterowania i kontroli motorycznej.		5	1			
Metody kształcenia		<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4	
		PREZENTACJA			EP5,EP6,EP7	
Forma i warunki zaliczenia		<b>Zaliczenie wicze</b> 1. Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach. 2. Prezentacja ustna (multimedialna) zwi zana z tematyk bada naukowych prowadzonych w zakresie uwarunkowa mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi (na podstawie danych ródlowych pochodz cych z czasopism z dziedziny kinezylogii). Pytania i odpowiedzi w dyskusji nad zagadnieniem - ocena za prezentacj stanowi 20% oceny ko cowej z przedmiotu <b>Zaliczenie wykładów:</b> 3. Kolokwium pisemne (pytania wymagaj ce dłu szej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologi , poj cia z zakresu kinezylogii, charakterystyk przebiegu procesów czynno ci ruchowych i ich uwarunkowa ) - ocena za prezentacj stanowi 80% oceny ko cowej z przedmiotu				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		<b>1. Prezentacja multimedialna- 20%</b> <b>2. Kolokwium pisemne- 80%</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
		5	kontrola motoryczna		Wa ona	
		5	kontrola motoryczna [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,20
		5	kontrola motoryczna [wykład]	zaliczenie z ocen		0,80



Literatura podstawowa	Borysiuk Z. (2015): Elektromiografia w sporcie. Wybrane zastosowania praktyczne, Politechnika Opolska
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka. Teoria motoryczno ci człowieka w zarysie., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa
	Schmidt R.A. Wrisberg C.A. (2000): Motor learning and performance. A problem-based learning approach, Human Kinetics Books, Champaign
	Zwierko T. (2011): Przebieg procesów sensomotorycznych i funkcji bioelektrycznej układu wzrokowego pod wpływem zwi kszania intensywno ci wysiłku fizycznego u młodych aktywnych ruchowo m czyzn, Uniwersytet Szczeci ski,
	Zwierko T, W sik J. (2020): Exercise-induced fatigue impairs visuomotor adaptability in physical education students, Physical education of students, 23(6), 327–333
Literatura uzupełniają ca	Juras G., Słomka K. (2016): Current Research in Motor Control IV , AWF Katowice, Katowice
	Juras G., Witt A. (2016): Bridging motor control and biomechanics, J Hum Kinet. 1; 52: 5–6.

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>4</b>
Przygotowanie si do zaj	<b>16</b>
Studiowanie literatury	<b>10</b>
Udział w konsultacjach	<b>10</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>10</b>
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>metodologia bada  naukowych z elementami bioetyki (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2818_70N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno  : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	konwersatorium	4	ZO	2
<b>Razem</b>			<b>4</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		dr hab. MARTA ST PIE -SŁODKOWSKA			
Prowadz cy zaj cia:		-- -- dr hab. MARTA ST PIE -SŁODKOWSKA			
Cele przedmiotu:		Poznanie podstawowych metod, technik i narz dzi badawczych, nabycie umiej tno ci formułowania celu i problemu badawczego, zaznajomienie z zagadnieniami z zakresu bioetyki			
Wymagania wst pne:		Znajomo  podstawowych terminów z zakresu kultury fizycznej			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student zna i rozumie podstawowe zasady prowadzenia bada  naukowych we współczesnym wiecie z uwzgl dnieniem aspektu historycznego, wie jak korzysta z ró nych ródeł informacyjnych, z uwzgl dnieniem projektów badawczych realizowanych w obszarze nauk o kulturze fizycznej oraz opublikowanych wyników bada  z obszaru nauk o kulturze fizycznej	K_W10 K_W12	
	2	EP2	student posiada podstawow  wiedz i zna terminologi z zakresu metodologii prowadzenia badan z wykorzystaniem narz dzi diagnostyki molekularnej	K_W13	
	3	EP3	student posiada podstawow  wiedz z zakresu stosowania praw autorskich w odniesieniu do publikacji własnych wyników eksperymentów oraz wykorzystania publikacji innych autorów w dyskusji naukowej	K_W14	
umiej tno ci	1	EP4	student umie posługiwa si poprawnym i komunikatywnym j zykiem w celu opracowania i prezentowania rezultatów swoich bada  specjalistom z innych dziedzin, jak równie odbiorcom indywidualnym oraz grupom społecznym	K_U03	
	2	EP5	student potrafi posługiwa si technikami informatycznymi umo liwiaj cymi opracowanie i weryfikacj  wyników przeprowadzonych bada	K_U08	

kompetencje społeczne	1	EP6	student ma wiadomo konieczno ci prowadzenia krytycznej analizy uzyskiwanych rezultatów na ka dym etapie prowadzenia eksperymentu naukowego	K_K01	
	2	EP7	student rozumie potrzeb stałego dokształcania si i podnoszenia poziomu swoich kwalifikacji zawodowych	K_K10	
	3	EP8	student jest gotów do przestrzegania reguł uczciwo ci w nauce, post powania etycznie, respektowania przepisów prawa odnosz cego si do zagadnie zwi zanych z diagnostyk oraz sportem	K_K02	
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin	
Przedmiot: <b>metodologia bada naukowych z elementami bioetyki</b>					
Forma zaj : <b>konwersatorium</b>					
1. Poj cie nauka i jej prawidłowe rozumienie. Cele i funkcje nauki we współczesnym społecze stwie. Podział nauk ze wzgl du na przedmiot, zadania i metody. Metody bada empirycznych. Obserwacja i jej odmiany. Eksperyment i jego odmiany. Indukcja eliminacyjna i jej zastosowania w badaniach eksperymentalnych. Metoda sonda u diagnostycznego. Rodzaje i budowa kwestionariuszy. Kształtowanie postaw naukowych: poszukiwanie problemów badawczych i stawianie hipotez, konstruowanie i prowadzenie prawidłowego toku procesu my lowego, wnioskowanie i weryfikacja hipotez.			2	2	
2. Etapy post powania badawczego w naukach empirycznych. Organizacja warsztatu pracy badawczej i gromadzenie materiałów ródłowych. Organizacja warsztatu pracy badawczej i gromadzenie materiałów ródłowych. Metody statystyczne i ich zastosowanie w weryfikacji wyników bada eksperymentalnych. Sposoby przetwarzania i interpretowania danych. Elementy bioetyki w nauce.			2	2	
Metody kształcenia	wykład, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie pisemne obejmuje wiedz z zakresu przedmiotu prezentowan podczas konwersatoriów.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena stanowi 100% oceny ko cowej. Kolokwium musi by zaliczone na ocen min. dostateczn .				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	metodologia bada naukowych z elementami bioetyki		Wa ona	
	2	metodologia bada naukowych z elementami bioetyki [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Bła ejewski W., Drozd Z., Król P. (2009): Podstawy metodologii z elementami statystyki, cz. 1., Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów				
	Grabowski H. (1996): Metody empiryczne w naukach o kulturze fizycznej, AWF, Kraków				
	Jankowski K., Lenartowicz M (2005): Metodologia bada empirycznych - podr cznik dla studentów wychowania fizycznego. , AWF, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	Sivi ski W. (1996): Metody bada pedagogicznych w dziedzinie kultury fizycznej i turystyki : zarys problematyki., AWF, Pozna				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			4		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		
Przygotowanie si do zaj			13		
Studiowanie literatury			5		
Udział w konsultacjach			5		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			10		

Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	11
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: genetyka w sporcie [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>metody diagnostyki molekularnej w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_37N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	laboratorium	15	0	ZO	3
<b>Razem</b>			<b>15</b>			<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA				
Prowadz cy zaj cia:		dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK				
Cele przedmiotu:		Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki molekularnej i genetycznej w sporcie nabycie umiej tno ci pracy zespołowej w laboratorium badawczym				
Wymagania wst pne:		Zaliczenie przedmiotu "Wybrane zagadnienia z biologii człowieka" Zaliczenie przedmiotu "Genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej"				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Student posiada podstawow wiedz dotycz c mechanizmów genetycznych i procesów molekularnych, które zachodz w organizmie człowieka, zarówno w czasie wysiłku, jak i wypoczynku			K_W02
	2	EP2	Student zna i charakteryzuje podstawowe procesy adaptacji wysiłkowej zachodz ce na poziomie molekularnym			K_W04
	3	EP3	Student zna i rozumie podstawy planowania i wykorzystania technik i metod z zakresu genetyki molekularnej w diagnostyce sportowej			K_W13

umiejętności	1	EP4	Student posiada umiejętność wykonania podstawowych pomiarów z zakresu molekularnej diagnostyki sportowej oraz umie dokonać ich oceny	K_U02
	2	EP5	Student umie zastosować podstawy analiz liczbowych danych eksperymentalnych wykorzystywanych w diagnostyce sportowej	K_U06
	3	EP6	Na podstawie wyników analiz molekularnych student potrafi scharakteryzować genetyczne podłoże zdolności wysiłkowych zawodników wysokokwalifikowanych lub osób uprawiających sport amatorski	K_U10
	4	EP7	Student potrafi dokonać prawidłowego wyboru właściwych reagentów oraz metod badawczych w celu przeprowadzenia eksperymentu badawczego z zakresu analiz molekularnych w sporcie	K_U11
	5	EP8	Student posiada umiejętność z zakresu samodzielnego planowania i przeprowadzenia analiz molekularnych wykorzystywanych w diagnostyce sportowej, a także umie wygenerować raport końcowy	K_U12
kompetencje społeczne	1	EP9	Student rozumie potrzebę stałego doskonalenia się i podnoszenia swoich kwalifikacji zawodowych	K_K01
	2	EP10	Student posiada kompetencje do działania etycznych przestrzegając odpowiednich zapisów prawnych odnoszących się do zagadnień związanych z diagnostyką oraz sportem	K_K02
	3	EP11	Student jest gotów w relacjach z innymi osobami realizującymi projekt studenta postąpić zgodnie z ogólnie przyjętymi normami współżycia społecznego	K_K03
	4	EP12	Student skutecznie przekazuje informacje z zakresu diagnostyki sportowej	K_K06
	5	EP13	Student posiada zdolność do zwiększania nabytej wiedzy i doskonalenia zdobytych umiejętności	K_K07
TREŚCI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: metody diagnostyki molekularnej w sporcie				
Forma zajęć: laboratorium				
1. Izolacja całkowitego RNA komórki			4	4
2. Ocena ilościowa i jakościowa preparatów DNA i RNA			4	2
3. Łańcuchowa reakcja polimerazy w czasie rzeczywistym			4	2
4. Molekularna identyfikacja płci analiz pojedynczego locus (AMYLY/AMYLX)			4	2
5. Analiza wielu loci z użyciem łańcucha poliakrylamidowego			4	3
6. Analiza polimorfizmu typu zmiennej liczby powtórzeń tandemowych (VNTR) na przykładzie wybranego markera molekularnego (HTTLPR)			4	2
Metody kształcenia	wiczenia laboratoryjne prowadzone metodą pracy w grupach, Rozwijanie problemów związanych z pracą w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki badań, trudności w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne połączone z dyskusjami			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP10,EP11,EP12,EP13,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie na podstawie aktywności na wiczeniach i wyników pisemnego kolokwium</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena końcowa z przedmiotu wystawiana jest na podstawie oceny końcowej z kolokwium i oceny aktywności na wiczeniach</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	metody diagnostyki molekularnej w sporcie		Ważona	
	4	metody diagnostyki molekularnej w sporcie [laboratorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Bal J. (2007): Biologia molekularna w medycynie, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	Cińczyk P., Maciejewska A., Sawczuk M. (2008): Badania genetyczne w sporcie, Wydawnictwo Qprint, Szczecin				
Literatura uzupełniająca	Wang G. i wsp. (2013): Czy w sporcie miarodajne są testy genetyczne? , Sport Wyczynowy, 3-4 (547-548): 68-83				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		<b>15</b>			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		<b>2</b>			
Przygotowanie się do zajęć		<b>20</b>			
Studiowanie literatury		<b>20</b>			
Udział w konsultacjach		<b>10</b>			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		<b>0</b>			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		<b>8</b>			
<b>Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>75</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>3</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>metody instrumentalne w diagnostyce sportowej (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2992_16N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	laboratorium	5	ZO	4
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK			
Prowadz cy zaj cia:		dr ROBERT NOWAK			
Cele przedmiotu:		Zapoznanie si z wybranymi metodami instrumentalnymi stosowanymi w diagnostyce laboratoryjnej, ze szczególnym uwzgl dnieniem diagnostyki sportowej Nabycie umiej tno ci pracy z zespole badawczym. Nabycie wiadomo ci konieczno ci ustawicznego doksztalcania si .			
Wymagania wst pne:		Podstawy chemii ogólnej i analitycznej, chemii fizycznej, chemia organicznej, biochemii, biofizyki, informatyki			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student ma wiedz z zakresu podstawowych kategorii poj ciowych oraz terminologii chemicznej, biologicznej i sportowej.	K_W13	
	2	EP2	student ma wiedz niezb dn do zrozumienia podstawowych zjawisk wykorzystywanych do badania wysiłku fizycznego	K_W13	
umiej tno ci	1	EP3	student umie zastosowa podstawowe techniki i narz dzia badawcze z zakresu analiz sportowych	K_U02	
	2	EP4	student wykonuje zlecone proste zadania badawcze pod kierunkiem opiekuna naukowego	K_U05	
	3	EP5	przeprowadza obserwacje oraz wykonuje w laboratorium proste analizy (bio)chemiczne i molekularne	K_U05	
	4	EP6	student wykazuje umiej tno prawidłowego wnioskowania na podstawie danych uzyskanych z do wiadcze laboratoryjnych	K_U06	
kompetencje społeczne	1	EP7	student jest gotów do aktywnej pracy i współdziałania w grupie	K_K05	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>metody instrumentalne w diagnostyce sportowej</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Techniki i zastosowania pomiarów pH-metrycznych w diagnostyce sportowej.				2	2
2. Podstawy metod spektroskopowych, wykorzystanie czytników mikropłytek w diagnostyce				2	4
3. Podstawy cytometrii przepływowej, mo liwe zastosowania cytometrii przepływowej w diagnostyce sportowej				2	2
4. Wybrane techniki chromatograficzne w analizach diagnostycznych.				2	2



Forma zaj : <b>laboratorium</b>				
1. Podstawy metod spektroskopowych - budowa i zasada działania spektrofotometrów, pomiary spektrofotometryczne, pomiary kinetyczne, czynniki mikropytek.		2	1	
2. Podstawy cytometrii przepływowej - budowa i zasada działania podstawowych elementów cytometru, przygotowanie materiału do bada , zebranie i analiza danych.		2	1	
3. Metody chromatograficzne - wysokosprawną chromatografię cieczową (HPLC): budowa i zasada działania chromatografu cieczowego, podstawowe parametry charakteryzujące rozdzielczość chromatograficzną, analiza chromatogramów.		2	2	
4. Podsumowanie wicze		2	1	
Metody kształcenia	<b>Prezentacja multimedialna Praca w grupach Wykonywanie prostych analiz</b>			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIUM</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP6</b>
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7</b>
Forma i warunki zaliczenia	1. Kolokwium pisemne z tematów zrealizowanych na wykładach i wiczeniach (ocena stanowi 60% oceny ko cowej). 2. Aktywne uczestnictwo w zaj ciach wiczeniowych oraz przygotowanie pisemnego raportu z wykonanych analiz laboratoryjnych (ocena stanowi 40% oceny ko cowej).			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
<b>Ocena ko cowa jest redni wa on : 60% ocena ko cowa z kolokwium pisemnego + 40% ocena ko cowa z wicze laboratoryjnych</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Waga do redniej
	2	metody instrumentalne w diagnostyce sportowej		Wa ona
	2	metody instrumentalne w diagnostyce sportowej [laboratorium]	zaliczenie z ocen	0,40
	2	metody instrumentalne w diagnostyce sportowej [wykład]	zaliczenie z ocen	0,60
Literatura podstawowa	Ciba J. (red.) (1998): Poradnik chemika analityka T. 2 - analiza instrumentalna, WNT, Warszawa			
	Kocjan R. (red.) (2002): Chemia analityczna. Tom 2. Analiza instrumentalna, PZWL, Warszawa			
	Kozik A., R pała-Kozik M., Guevara-Lora I. (2001): Analiza instrumentalna w biochemii. Wybrane problemy i metody instrumentalnej biochemii analitycznej,, Instytut Biologii Molekularnej UJ,, Kraków			
Literatura uzupełniają ca	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ci szczyk P. (2014): Could biochemical liver profile help to assess metabolic response to aerobic effort in athletes? 2180–2186; , Journal of Strength and Conditioning Research			
	• Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ficek K., Moska W., Eider J., Ci szczyk P. (2015): Post-effort changes in activity of traditional diagnostic enzymatic markers in football players' blood. , 34: 179-190, Journal of Medical Biochemistry			
	Hübner-Wo niak E., Lutostawska G. (2000): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego., Biblioteka Trenera , Warszawa			
	Jó wiak Z., Bartosz G. (red.) (2008): Biofizyka. Wybrane zagadnienia wraz z wiczeniami, PWN, Warszawa			
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R. (2018): Analysis of selected T cell subsets in peripheral blood after exhaustive effort among elite soccer players, Biochem Med (Zagreb), Zagrzeb			
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Chamera T., Buryta R., Moska W., Ci szczyk P.: (2015): Post-effort changes in C-reactive protein level among soccer players at the end of the training season.; 29(5): 1399-1405; , Journal of Strength and Conditioning Research			
	Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Jastrzebski Z., Zarebska A., Bichowska M., Drobnik-Kozakiewicz I., Radziminski Ł., Leonska-Duniec A., Ficek K., Cieszczyk P. (2015): Effect of 12-week-long aerobic training programme on body composition, aerobic capacity, complete blood count and blood lipid profile among young women. 103–113, Biochemia Medica			
	Skotnicka E., Baranowska-Bosiacka I., Dudzinska W., Suska M., Nowak R., Krupecki K., Hły czak A.J. (2008): The effect of exhaustive exercise on the concentration of purine nucleotides and their metabolites.25 (1), 35-55, Biology of Sport			
<b>NAKLAD PRACY STUDENTA</b>				
		Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne		<b>15</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu		<b>2</b>		
Przygotowanie się do zaj		<b>25</b>		

Studiowanie literatury	13
Udział w konsultacjach	10
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	15
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	20
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>ochrona własności intelektualnej (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ3315_68N</b>		
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 		
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>			
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>	
1	1	konwersatorium	5	ZO	1	
<b>Razem</b>			<b>5</b>		<b>1</b>	
Koordynator przedmiotu:		dr SŁAWOMIR TOMCZYK				
Prowadz cy zaj cia:		-- -- dr SŁAWOMIR TOMCZYK				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest przedstawienie podstawowych instytucji prawa autorskiego, praw pokrewnych i własności przemysłowej				
Wymagania wstępne:		Brak				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>		
wiedza	1	EP1	student zna i rozumie podstawow wiedze z zakresu własności intelektualnej zwi zan z problematyk diagnostyki sportowej	<b>K_W14</b>		
umiej tno ci	1	EP2	student prawidłowo korzysta z baz informacyjnych i bibliograficznych	<b>K_U08</b>		
kompetencje społeczne	1	EP3	student jest gotów do stosowania obowi zuj ce przepisów i norm zwi zanych z prac diagnostyczn i badawcz	<b>K_K02</b>		
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin	
Przedmiot: <b>ochrona własności intelektualnej</b>						
Forma zaj : <b>konwersatorium</b>						
1. Poj cie własności intelektualnej. Zakres prawa własności intelektualnej. Prawo autorskie i prawa pokrewne. Prawo własności przemysłowej. Zasady korzystania z utworów, programów komputerowych, baz danych.				1	3	
2. rodki i instytucje chroni ce własności intelektualn . Odpowiedzialno za naruszenie praw własności intelektualnej.				1	2	
Metody kształcenia		Wykład podaj cy multimedialny, Wykład konwersatoryjny				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		<b>KOLOKWIMUM</b>			<b>EP1,EP2,EP3</b>	
Forma i warunki zaliczenia		<b>Zaliczenie wykładów w formie kolokwium pisemnego.</b>				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		<b>Ocen ko cow stanowi ocena z zaliczenia konwersatoriów.</b>				
Sem.	Przedmiot			Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej

Metoda obliczania oceny kolejnej	1	ochrona własności intelektualnej		Ważność	
	1	ochrona własności intelektualnej [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	G.Michniewicz (2012): Ochrona własności intelektualnej, C.H.Beck, Warszawa				
	T. Szymanek (2008): Prawo własności przemysłowej, Europejska Wyższa Szkoła Prawa i Administracji, Rzeszów				
Literatura uzupełniająca	Ustawa o prawie autorskim i prawach pokrewnych				
	Ustawa o prawie własności przemysłowej				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
Zajęcia dydaktyczne		5			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		2			
Przygotowanie się do zajęć		2			
Studiowanie literatury		3			
Udział w konsultacjach		2			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		0			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		11			
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>25</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>1</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>pierwsza pomoc przedmedyczna (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2979_25N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
3	6	wiczenia	5	ZO	1
<b>Razem</b>			<b>5</b>		<b>1</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. KATARZYNA KLAPCZY SKA			
Prowadz cy zaj cia:		dr EL BIETA SIE KO-AWIERIANÓW			
Cele przedmiotu:		Zapoznanie studentów z teoretycznymi i praktycznymi podstawami udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej. Nabycie umiej tno ci pracyw zespole. Nabycie umiej tno ci udzielnie pierwszej pomocy poszkodowanym.			
Wymagania wst pne:		Brak			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student zna objawy podstawowych zaburze funkcjonowania organizmu.	K_W04	
	2	EP2	student zna teoretyczne podstawy pierwszej pomocy przedlekarskiej	K_W09	
umiej tno ci	1	EP3	student potrafi identyfikowa problemy osoby w sytuacji zagra aj cej jej zdrowiu i yciu.	K_U04	
	2	EP4	student potrafi podj działania maj ce na celu ratowanie zdrowia i ycia człowieka	K_U04	
kompetencje społeczne	1	EP5	student jest wiadomy własnych ogranicze i wie kiedy zwróci si do ekspertów.	K_K01	
	2	EP6	student udziela pomocy w sposób zapewniaj cy bezpiecze stwo własne i otoczenia.	K_K08	
	3	EP7	student jest przekonany o potrzebie niesienia pomocy osobom poszkodowanym zgodnie z obowi zyj cym prawem.	K_K02	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>pierwsza pomoc przedmedyczna</b>					
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Znaczenie pierwszej pomocy przedlekarskiej dla zdrowia i ycia człowieka, złota godzina. Aspekty prawne udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej.				6	1
2. Charakterystyka podstawowych czynno ci ratuj cych zdrowie oraz ycie dziecka i osoby dorosłej. Resuscytacja kr eniowo-oddechowa.				6	2
3. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej w szczególnych sytuacjach: zawał serca, zasłabni cia i omdlenia, oparzenia, hipotermia, udar cieplny, udar mózgu, pora enia pr dem, zatrucia, wypadki komunikacyjne.				6	1
4. Wypadki w szkołach i placówkach o wiatowo-wychowawczych.				6	1
Metody kształcenia		prezentacja multimedialna, konwersatoria, pokaz z obja nieniem, metoda sytuacyjna, metoda symulacja			

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOŁOKWIUM</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP4</b>
	<b>PROJEKT</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie przedmiotu na ocenę . Ustalenie oceny zaliczeniowej na podstawie obecności na wykładach, oceny z kolokwium a także zaliczenia poszczególnych ćwiczeń praktycznych</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Zaliczenie przedmiotu na ocenę . Ustalenie oceny zaliczeniowej na podstawie obecności na wykładach, oceny z kolokwium a także zaliczenia poszczególnych ćwiczeń praktycznych</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	pierwsza pomoc przedmedyczna		Ważona	
	6	pierwsza pomoc przedmedyczna [ ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Buchfelder M., Buchfelder A. : Podręcznik pierwszej pomocy, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2003				
	Goniewicz M. (2011): Pierwsza pomoc. Podręcznik dla studentów, Wydawnictwo Lekarskie PZWL				
	Polska Rada Resuscytacji. (2016): Wytyczne resuscytacji 2015., Copyright for the Polish edition by Polska Rada., Kraków				
Literatura uzupełniająca	Bass D., Baker R. (2006): Pierwsza pomoc i opieka domowa, Wydawnictwo RM				
	Czapiewska B. (2010): Pierwsza pomoc, Wydawnictwo Literat				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zajęcia dydaktyczne	<b>5</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie się do zajęć	<b>7</b>				
Studiowanie literatury	<b>3</b>				
Udział w konsultacjach	<b>2</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>4</b>				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>2</b>				
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>25</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: genetyka w sporcie [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>podstawy analiz molekularnych w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_38N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	12	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA				
Prowadz cy zaj cia:		dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK				
Cele przedmiotu:		Zapoznanie z zagadnieniami z zakresu diagnostyki molekularnej i genetycznej w sporcie Nabywanie podstawowych umiej tno ci pracy z materiałem biologicznym Nabywanie umiej tno ci pracy w laboratorium biologii molekularnej. Nabywanie umiej tno ci pracy w zespole.				
Wymagania wst pne:		Zaliczenie przedmiotu "Wybrane zagadnienia z biologii człowieka" Zaliczenie przedmiotu "Genetyka człowieka z elementami genetyki klinicznej"				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Student posiada podstawow wiedz dotycz c mechanizmów genetycznych i procesów molekularnych, które zachodz w organizmie człowieka zarówno w czasie wysiłku, jak i wypoczynku			K_W02
	2	EP2	Student zna i charakteryzuje podstawowe procesy adaptacji wysiłkowej zachodz ce na poziomie molekularnym			K_W04
	3	EP3	Student zna i rozumie podstawy planowania i wykorzystania technik i metod z zakresu genetyki molekularnej w diagnostyce sportowej			K_W13

umiejętności	1	EP4	Student posiada umiejętność wykonania podstawowych pomiarów z zakresu molekularnej diagnostyki sportowej oraz umie dokonać ich oceny	K_U02
	2	EP5	Student umie zastosować podstawy analiz liczbowych danych eksperymentalnych wykorzystywanych w diagnostyce sportowej	K_U06
	3	EP6	Na podstawie wyników analiz molekularnych student potrafi scharakteryzować genetyczne podłoże zdolności wysiłkowych zawodników wysokokwalifikowanych lub osób uprawiających sport amatorski	K_U10
	4	EP7	Student potrafi dokonać prawidłowego wyboru właściwych reagentów oraz metod badawczych w celu przeprowadzenia eksperymentu badawczego z zakresu analiz molekularnych w sporcie	K_U11
	5	EP8	Student posiada umiejętność z zakresu samodzielnego planowania i przeprowadzenia analiz molekularnych wykorzystywanych w diagnostyce sportowej, a także umie wygenerować raport końcowy	K_U12
kompetencje społeczne	1	EP9	Student rozumie potrzebę stałego doskonalenia się i podnoszenia swoich kwalifikacji zawodowych	K_K01
	2	EP10	Student jest gotów do postępowania etycznie przestrzegając odpowiednich zapisów prawnych odnoszących się do zagadnień związanych z diagnostyką oraz sportem	K_K02
	3	EP11	W relacjach z innymi osobami realizującymi projekt student jest gotów do postępowania zgodnie z ogólnie przyjętymi normami współżycia społecznego	K_K03
	4	EP12	Student posiada kompetencje pozwalające na skuteczne przekazywanie informacji z zakresu diagnostyki sportowej	K_K06
	5	EP13	Student posiada zdolność do zwiększania nabytej wiedzy i doskonalenia zdobytych umiejętności	K_K07
TREŚCI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: podstawy analiz molekularnych w sporcie				
Forma zajęć : wykład				
1. Wprowadzenie do analiz molekularnych w sporcie			4	2
2. Historia analiz molekularnych w sporcie			4	2
3. Mutacje genetyczne u człowieka			4	4
4. Zagadnienia związane z determinacją płci u człowieka			4	2
5. Molekularne aspekty dopingu w sporcie			4	2
Forma zajęć : laboratorium				
1. Podstawowe pojęcia molekularne w sporcie			4	1
2. Polimorfizm genów ACE, NOS3, BDKRB2 w regulacji ciśnienia krwi			4	1
3. Polimorfizm genów PPARA, PPARC, PPARG, PPARGC1A jako kluczowych regulatorów transkrypcji			4	2
4. Zmienność genów ADRB1, ADRB2, ADRB3, ADR2A w ich udział w regulacji ciśnienia krwi, pracy serca i kontroli napięcia mięśni gładkich			4	2
5. Markery molekularne zlokalizowane w obrębie genów ACTN3, AMPD1, MCT1			4	1
6. Regulacja metabolizmu z pośrednictwem produktów genów CKM, MTHFR			4	1
7. Mitochondrialne markery molekularne i ich znaczenie w sporcie			4	1
8. Polimorfizm genów DRD2, DRD4, HTT i jego znaczenie w przekazywaniu nerwowym			4	1



Metody kształcenia	Wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, wiczenia laboratoryjne prowadzone metod pracy w grupach, Rozwi zywanie problemów zwi zanych z prac w laboratorium (dobór metody analiz, opracowanie metodyki bada , trudno ci w interpretacji wyników), wiczenia eksperymentalne poł czone z dyskusj				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )				EP10,EP11,EP12,EP13,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników kolokwium, obejmuj cego wiedz z wykładów oraz zalecanej literatury. Zaliczenie wicze : na podstawie aktywno ci na wiczeniach i wyników kolokwium.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z zaliczenia wicze i oceny z zaliczenia wykładów w stosunku 1:1.				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	podstawy analiz molekularnych w sporcie		Arytmetyczna	
	4	podstawy analiz molekularnych w sporcie [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
	4	podstawy analiz molekularnych w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Bal J. (2007): Biologia molekularna w medycynie , Wydawnictwo Naukowe PWN , Warszawa				
	Ci szczyk P., Maciejewska A., Sawczuk M. (2008): Badania genetyczne w sporcie , Wydawnictwo Qprint , Szczecin				
Literatura uzupełniaj ca	Maciejewska-Karłowska A. (2013): Polymorphic variants of the PPAR (Peroxisome Proliferator-Activated Receptor) genes: relevance for athletic performance , Trends in Sport Sciences 20 (1): 5-15				
	Posthumus M. Collins M. (2016): Genetics and Sports , Wydawnictwo Karger				
	Wang G. i wsp. (2013): Czy w sporcie miarodajne s testy genetyczne? , Sport Wyczynowy 3-4 (547-548): 68-83				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zaj cia dydaktyczne			22		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		
Przygotowanie si do zaj			20		
Studiowanie literatury			20		
Udział w konsultacjach			10		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia			26		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>100</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>4</b>		

# SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>podstawy dietetyki (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_62N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zaznajomienie studentów z podstawowymi procesami zachodz cymi w organizmie człowieka podczas wysiłku fizycznego. .</b> <b>Zapoznanie studentów z głównymi składnikami pokarmowymi i ich rol w wysiłku fizycznym.</b> <b>Zapoznanie studentów z mo liwymi interakcjami pomi dzy składnikami ywno ci a suplementami diety.</b> <b>Nabycie umiej tno ci krytycznego odczytania zalece dietetycznych.</b> <b>Nabycie nawyków prozdrowotnych oraz gotowo do propagowania zdrowego stylu ywienia.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania.</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.</b>	<b>K_W04</b>	
	4	EP4	<b>posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie</b>	<b>K_W06</b>	
	5	EP5	<b>zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.</b>	<b>K_W07</b>	

umiejętności	1	EP6	student potrafi wykazać związek między dietą a wysiłkiem fizycznym. potrafi analizować, interpretować przemiany biochemiczne zachodzące w organizmie osób aktywnych fizycznie.	K_U02	
	2	EP7	potrafi formułować opinie dotyczące zachowań żywieniowych osób aktywnych fizycznie.	K_U03	
	3	EP8	mówi o zagadnieniach związanych z żywieniem w sporcie zrozumiałym językiem, stosując poprawną nomenklaturę.	K_U03	
	4	EP9	planuje i wdraża odpowiednie postępowanie żywieniowe uwzględniając określony cel i możliwości.	K_U11	
	5	EP10	potrafi wskazać błędy i zaniedbania żywieniowe	K_U13	
	6	EP11	wykazuje się umiejętność samodzielnego wyszukiwania niezbędnych danych w literaturze.	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP12	ma wiadomość swojej roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych i stosowaniu prawidłowej i bezpiecznej suplementacji u osób aktywnych fizycznie.	K_K05	
	2	EP13	ma wiadomość roli prawidłowego żywienia człowieka poddanego wysiłkowi fizycznemu	K_K05	
	3	EP14	ma wiadomość konieczności stosowania wiedzy na temat zdrowej wiedzy w praktyce trenerskiej	K_K07	
	4	EP15	student rozumie potrzebę dalszego kształcenia się w zakresie zasad prawidłowego żywienia.	K_K10	
<b>TRECI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>podstawy dietetyki</b>					
Forma zajęć : <b>wykład</b>					
1. Podstawy racjonalnego żywienia sportowców. Zasady żywienia młodych sportowców.				6	1
2. Zapotrzebowanie energetyczne w sporcie, bilans energetyczny. Zawartość i funkcje podstawowych składników pokarmowych w diecie sportowca. Gospodarka wodna i równowaga zasadowo-kwasowa organizmu				6	2
3. Specyfika żywienia w różnych dyscyplinach. Pora, częstotliwość i rodzaj posiłków podczas treningów i zawodów. Normy żywienia dla sportowców. Regulowanie masy ciała w sporcie. Niebezpieczeństwa znacznego obniżenia wartości energetycznej po żywienia.				6	2
Forma zajęć : <b>wiczenia</b>					
1. Zapotrzebowanie na białko w sporcie. Wzrost glikogenu jako składnik energetyczny w żywieniu sportowców (zasoby w glikogenu w komórkach mięśniowych i możliwości ich zwiększenia poprzez trening i żywienie). Tłuszcze w żywieniu sportowców.				6	4
2. Układanie diet dla osób uprawiających różne dyscypliny sportowe (sporty wytrzymałościowe, siłowe, szybkościowe i szybko-siłowe).				6	4
3. Analiza diety sportowców.				6	2
Metody kształcenia	wykład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIUM</b>				EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9
	<b>PROJEKT</b>				EP10,EP11,EP2,EP3
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> obecno na zaj ciach, aktywno na zaj ciach oraz opracowanie projektu ywieniowego.				
	<b>Zaliczenie wykładów:</b> Kolokwium pisemne z tre ci realizowanych na wykładach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
<b>Ocen ko cow z ka dego przedmiotu stanowi rednia arytmetyczna ocen z wicze i z wykładów.</b>					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	podstawy dietetyki		Arytmetyczna	
	6	podstawy dietetyki [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	podstawy dietetyki [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice,				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych.				
Literatura uzupełniaj ca	Benardot D. , 2012 (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			15		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		
Przygotowanie si do zaj			20		
Studiowanie literatury			23		
Udział w konsultacjach			5		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia			10		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>podstawy fizjoterapii w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_57N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie ze specyfik urazów sportowych oraz diagnostyki, profilaktyki i terapii najcz stszych problemów klinicznych. Kształcenie umiej tno ci prowadzenia rehabilitacji u sportowców w zale no ci od rodzaju urazu.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo podstaw anatomii i fizjologii człowieka oraz zagadnie z biomechaniki i ergonomii. Umiej tno stosowania testów funkcjonalnych i prowadzenia kinezyterapii. Praca w zespole oraz komunikacja interpersonalna.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>posiada wiedze w zakresie fizykochemicznych i biologicznych podstaw nauk o zdrowiu oraz nauk o kulturze fizycznej</b>	<b>K_W01</b>	
umiej tno ci	1	EP5	<b>potrafi dokona analizy wpływu rodowiska zewn trznego na wyst powanie urazów w sporcie</b>	<b>K_U07</b>	
kompetencje społeczne	1	EP8	<b>potrafi okre li priorytety i przestrzega zasad etycznych w decyzjach i działaniach podejmowanych w stosunku do zawodnika/sportowca</b>	<b>K_K02</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>podstawy fizjoterapii w sporcie</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Miejsce i rola fizykoterapii w medycynie. Rodzaje czynników fizykalnych.				6	1
2. Mechanizmy termoregulacji człowieka i ich rola w trakcie oddziaływania termicznych czynników fizykalnych. Biologiczne skutki oddziaływania czynników termicznych na organizm.				6	1
3. Biologiczne skutki oddziaływania czynników mechanicznych i termicznych w hydroterapii.				6	1
4. Fizyczne podstawy wykorzystania promieniowania z zakresu ultrafioletu (UV), podczerwieni (IR) oraz wiatła widzialnego w lecznictwie fizykalnym. Biologiczne skutki oddziaływania promieniowania UV, IR i widzialnego na organizm człowieka				6	1
5. Laseroterapia nisko- i wysokoenergetyczna. Cechy promieniowania laserowego oraz fizyczne podstawy jego powstawania. Biologiczne skutki biostymulacji laserowej. Terapia fotodynamiczna. Fizyczne wła ciwo ci fali ultrad wi kowej oraz biologiczne skutki oddziaływania ultrad wi ków na organizm człowieka.				6	1
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Definicja odnowy biologicznej, cele i zadania.				6	2

2. Metody i rodzki odnowy biologicznej. Zasady stosowania odnowy biologicznej.		6	2		
3. Typowe urazy w sporcie zasady post powania.		6	2		
4. Zastosowanie bod ców fizykalnych w sporcie ? sauna sucha, krioterapia, hydroterapia w procesie treningowym.		6	2		
5. Masa sportowy, cel, zadania, mechanizm dziaania. Masa profilaktyczno-leczniczy stosowany w odnowie biologicznej. Taping w profilaktyce i leczeniu schorze i urazów narz du ruchu u sportowca		6	2		
Metody kształcenia	Zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej; Profilaktyka zdrowia w sporcie; Podstawy fizjoterapii w sporcie Wykład: Wykład z prezentacj multimedialn wiczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zaj , zaj cia praktyczne, rozwi zywanie zada problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z ksi k , analiza i przegl d tematyczny literatury-przygotowanie zaj na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusa		
	KOŁOKWIUM		EP1,EP5		
	SPRAWDZIAN		EP1		
	PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA		EP1,EP5		
	PROJEKT		EP1,EP5,EP8		
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )		EP1,EP5,EP8		
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie ko cowe obejmuje-pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium ko cowego z wykładów oraz pozytywne zaliczenie wicze : zaj cia praktyce, wykonanie pracy pisemnej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa stanowi redni arytmetyczn oceny z ko cowej z wicze oraz oceny ko cowej z wykładów.				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	podstawy fizjoterapii w sporcie		Arytmetyczna	
	6	podstawy fizjoterapii w sporcie [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	6	podstawy fizjoterapii w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing London.				
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa.				
	Dziak A. 20002 (2002): Urazy i uszkodzenia w sporcie, Kasper, Kraków.				
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zm czenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.				
	Jager A., Krawczyk J. (2012): Wybrane zagadnienia z medycyny sportowej, PZWL , Warszawa.				
	Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2005): Medycyna sportowa,, Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej , Warszawa.				
	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa				
	Kasprzak W., Ma kowska A. (2008): Fizykoterapia medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL Warszawa				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków.				
	M dra M. (2004): Medycyna sportowa, Medsportpress, Warszawa.				
	Mieczkowski T (red.) (2001): Dodatnie i ujemne aspekty aktywno ci ruchowej, IKF US.				
	Woynarowska B. 2008 (2008): Edukacja zdrowotna, PWN Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	Kolster B., Ebett-Paprotny G. (2001): Poradnik fizjoterapeuty, Wyd. im. Ossoli skich Wrocław.				
	Kotarska K., Drohomirecka A., Sygit M., Sygit K., Eider, J. (2014): Comparison of motor abilities of Young children In Poland In years 1996 and 2006. CEJSSM No 1				
	Straburzy ska-Lupa A., Straburzy ski G. (2008): Fizjoterapia z elementami klinicznymi, PZWL Warszawa.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
					Liczba godzin

Zajęcia dydaktyczne	15
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2
Przygotowanie się do zajęć	20
Studiowanie literatury	23
Udział w konsultacjach	5
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>podstawy treningu motorycznego w grach zespołowych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_44N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	12	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Celem modułu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodz cymi podczas treningu w sportach zespołowych.</p> <p>Znajomos?c? wpływu wysiłku fizycznego, zmeczenia oraz mechanizmów warunkujacych prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka.</p> <p>Umie?tnos?c? okres?lania wydolnos?ci fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach zespołowych.</p> <p>Nabycie kompetencji pozwalaj cych na kreowanie pracy w grupie z udziałem ró nych grup społecznych</p>			
Wymagania wst pne:		Znajomos fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególnoSci znajomos funkcji narządów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zaj z Fizjologii człowieka.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada podstawow wiedz w zakresie reakcji fizjologicznych zachodz cych w organizmie człowieka w ró nym wieku podczas treningu sportowego	K_W01	
	2	EP2	dysponuje wiedz w zakresie oceny wysiłku i wydolno ci fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu.	K_W03	
	3	EP3	zna i rozumie procesy zm czenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady ywienia sportowca bior cego udział w sporcie profesjonalnym b d amatorskim.	K_W04	
	4	EP4	zna podstawowe funkcje organizmu na ró nych poziomach organizacji, w tym tak e wyst puj ce podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywno ci fizycznej.	K_W05 K_W11	



umiejętności	1	EP5	posiada podstawowe umiejętności ruchowe pozwalające na demonstrację przebiegu wybranych zadań w treningu motorycznym	K_U01	
	2	EP6	umie zastosować praktycznie wiedzę uzyskaną z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiających sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obciążeń treningowych	K_U04	
	3	EP7	posiada umiejętności posługiwania się instrumentarium stosownym w badaniach motorycznych i fizjologicznych oraz interpretacji danych zebranych podczas testów na potrzeby planowania treningu motorycznego	K_U10 K_U11	
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanować i zorganizować podstawowe badanie w zakresie motoryczności badanych zawodników	K_U12 K_U14	
	5	EP9	potrafi interpretować wyniki i formułować wnioski pozwalające na opracowywanie różnych form treningu motorycznego na podstawie badań fizjologicznych	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie ocenić poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie treningu motorycznego i w razie konieczności zwrócić się o pomoc	K_K01	
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowiązującymi w treningu motorycznym	K_K02	
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny angażuje się w realizację stawianych przed nim celów i zadań.	K_K04	
	4	EP13	jest świadomy konieczności ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu fizjologii sportu oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawności fizycznej	K_K10	
	5	EP14	ma wiadomo istotną rolę wdrożenia wiadomości z zakresu fizjologii do treningu.	K_K07	
<b>TRECI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>podstawy treningu motorycznego w grach zespołowych</b>					
Forma zajęć : <b>wykład</b>					
1. Ocena i trening funkcjonalny w grach zespołowych				5	3
2. Trening plyometryczny w grach zespołowych				5	3
3. Specyfika przygotowania motorycznego w grach zespołowych				5	3
4. Monitoring treningu motorycznego w grach zespołowych				5	3
Forma zajęć : <b>wiczenia</b>					
1. Motoryczna charakterystyka wysiłku w grach zespołowych				5	2
2. Rozgrzewka w grach zespołowych				5	2
3. Kształtowanie wytrzymałości w grach zespołowych				5	2
4. Kształtowanie siły mięśniowej w grach zespołowych				5	2
5. Kształtowanie szybkości w grach zespołowych				5	2
Metody kształcenia		<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zajęcia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacją multimedialną</li> </ul>			

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOŁOKWIUM</b>				EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9
	<b>PROJEKT</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
	<b>ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				EP10,EP11,EP12,EP14,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> 1. Aktywne uczestnictwo we wszystkich zajęciach, stanowi 10% oceny końcowej 2. Zaliczenie praktyczno-teoretyczne, stanowi 20% oceny końcowej 3. Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grupę eksperymentu dotyczącego fizjologicznych podstaw treningu sportowego, stanowi 10% oceny końcowej 4. Kolokwium pisemne z wicze , stanowi 20% oceny końcowej <b>Zaliczenie wykładów:</b> 5. Kolokwium pisemne obejmujące treści wykładów, stanowi 40% oceny końcowej				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-5 muszą być zaliczone na ocenę minimum dostateczną</b> <b>Ocena końcowa jest średnią ocen z wicze (60%) oraz z wykładów (40%)</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	podstawy treningu motorycznego w grach zespołowych		Waga	
	5	podstawy treningu motorycznego w grach zespołowych [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,60
	5	podstawy treningu motorycznego w grach zespołowych [wykład]	zaliczenie z ocen		0,40
Literatura podstawowa	Górski J. (2011) (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego, PZWL				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka., AWF Wrocław.				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej. , PWN				
Literatura uzupełniająca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zajęcia dydaktyczne			<b>22</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>2</b>		
Przygotowanie się do zajęć			<b>10</b>		
Studiowanie literatury			<b>8</b>		
Udział w konsultacjach			<b>5</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>10</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>18</b>		
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>podstawy treningu motorycznego w sportach indywidualnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_47N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	12	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Celem modułu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodz cymi podczas treningu w sportach indywidualnych. Znajomos?c? wpływu wysiłku fizycznego, zme?czenia oraz mechanizmów warunkuja?cych prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka. Umieje?tnos?c? okres?lania wydolnos?ci fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach indywidualnych.</p> <p>Nabycie umiej tno ci wykorzystania wyników bada fizjologicznych w celu planowania treningu sportowego w sportach indywidualnych.</p> <p>Nabycie kompetencji powalaj cych na gotowo do pracy z ró nymi grupami społecznymi.</p>			
Wymagania wst pne:		Znajomo fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególności znajomo funkcji narz dów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zaj z Fizjologii człowieka.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada podstawow wiedz w zakresie reakcji fizjologicznych zachodz cych w organizmie człowieka w ró nym wieku podczas treningu sportowego.	K_W01	
	2	EP2	dysponuje wiedz w zakresie oceny wysiłku i wydolno ci fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu	K_W03	
	3	EP3	zna i rozumie procesy zm czenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady ywienia sportowca bior cego udział w sporcie profesjonalnym b d amatorskim.	K_W04	
	4	EP4	zna podstawowe funkcje organizmu na ró nych poziomach organizacji, w tym tak e wyst puj ce podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywno ci fizycznej.	K_W05 K_W11	

umiej tno ci	1	EP5	posiada podstawowe umiej tno ci ruchowe pozwalaj ce na demonstracj przebiegu wybranych testów motorycznych adekwatnych do sportów indywidualnych	K_U01	
	2	EP6	umie zastosowa praktycznie wiedz uzyskan z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiaj cych sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obci e treningowych	K_U04	
	3	EP7	posiada umiej tno postugiwania si instrumentarium stosownym w badaniach motorycznych i fizjologicznych oraz interpretacji danych zebranych podczas testów na potrzeby diagnostyki sportowej	K_U10	
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanowa i zorganizowa jednostk treningow adekwatn do wybranej dyscypliny sportowej	K_U12 K_U14	
	5	EP9	potrafi interpretowa wyniki i formułowa wnioski pozwalaj ce na opracowywanie i indywidualizowanie ró nych form treningu na podstawie bada fizjologicznych	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie oceni poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie podstaw treningu motorycznego i w razie konieczno ci zwróci si o pomoc	K_K01	
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowi zuj cymi w badaniach diagnostycznych dotycz cych analiz fizjologicznych i motorycznych	K_K02	
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny anga uje si w realizacj stawianych przed nim celów i zada	K_K04	
	4	EP13	jest wiadom konieczno ci ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu treningu motorycznego oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawno ci fizycznej	K_K10	
	5	EP14	ma wiadomo istotno ci wdro enia wiadomo ci z zakresu fizjologii do treningu.	K_K07	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>podstawy treningu motorycznego w sportach indywidualnych</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Ocena i trening funkcjonalny w sportach indywidualnych				5	3
2. Trening plyometryczny w sportach indywidualnych				5	3
3. Specyfika przygotowania motorycznego w sportach indywidualnych				5	3
4. Monitoring treningu motorycznego w sportach indywidualnych				5	3
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Motoryczna charakterystyka wysiłku w sportach indywidualnych				5	1
2. Rozgrzewka w sportach indywidualnych				5	2
3. Kształtowanie wytrzymało ci w sportach indywidualnych				5	2
4. Kształtowanie siły mi niowej w sportach indywidualnych				5	2
5. Kształtowanie szybko ci w sportach indywidualnych				5	2
6. Kolokwium i zaliczenie wicze				5	1
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zaj cia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacj multimedialn</li> </ul>				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIMUM</b>				EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9
	<b>PROJEKT</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
	<b>ZAJ ĆIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> <b>1. Aktywne uczestnictwo we wszystkich zajęciach stanowi 10% oceny końcowej</b> <b>2. Zaliczenie praktyczno-teoretyczne stanowi 20% oceny końcowej</b> <b>3. Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grupę eksperymentu dotyczącego fizjologicznych podstaw treningu sportowego stanowi 10% oceny końcowej</b> <b>4. Kolokwium pisemne z wicze - stanowi 20% oceny końcowej</b> <b>Zaliczenie wykładów:</b> <b>5. Zaliczenie kolokwium z treści wykładów 40% oceny końcowej.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-5 muszą być zaliczone na ocenę minimum dostateczną - ocena zaliczenia może ulec podwyższeniu w zakresie 10-20% za aktywne wolontariackie studenta na zasadach określonych przez prowadzącego.</b> <b>Ocena końcowa jest średnią ważoną : 40% ocena z wykładów + 60% ocena z wicze .</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	5	podstawy treningu motorycznego w sportach indywidualnych		Ważona	
	5	podstawy treningu motorycznego w sportach indywidualnych [wykład]	zaliczenie z ocen		0,40
	5	podstawy treningu motorycznego w sportach indywidualnych [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,60
Literatura podstawowa	Górski J. (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego., PZWŁ				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF Wrocław				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej., PWN				
Literatura uzupełniająca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zajęcia dydaktyczne			22		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		
Przygotowanie się do zajęć			10		
Studiowanie literatury			8		
Udział w konsultacjach			5		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			10		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			18		
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>pracownia dyplomowa (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ3014_24N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	pracownia dyplomowa	25	ZO	3
	6	pracownia dyplomowa	20	ZO	6
<b>Razem</b>			<b>45</b>		<b>9</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. KATARZYNA KOTARSKA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. KATARZYNA KOTARSKA</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie studentów z podstawowymi technikami stosowanymi w laboratorium genetyki, biochemii, fizjologii i kinezylogii Nabycie umiej tno ci planowania i przeprowadzania do wiadcz zwi zanych z realizacj pracy badawczej</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>Student potrafi poprawnie posługiwa si terminologi zwi zan z realizowanym tematem pracy dyplomowej</b>	<b>K_W11</b>	
	2	EP2	<b>Posiada podstawow wiedz z zakresu tematyki pracy dyplomowej</b>	<b>K_W13</b>	
	3	EP3	<b>Zna metodologi bada zwi zan z realizowanym tematem pracy dyplomowej</b>	<b>K_W13</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>Student potrafi wykona badania niezbdne do zrealizowania zało e pracy dyplomowej</b>	<b>K_U02</b>	
	2	EP5	<b>Umie nale ycie katalogowa , zestawia i archiwizowa zebrane dane</b>	<b>K_U05</b>	
	3	EP6	<b>Potrafi przeprowadzi niezbdne analizy liczbowe wykonanych eksperymentów konieczne do sporz dzenia pracy dyplomowej</b>	<b>K_U06</b>	
	4	EP7	<b>Samodzielnie korzysta z ró nych ródeł bibliograficznych</b>	<b>K_U08</b>	
	5	EP8	<b>Potrafi współdziała w grupie w tym umie organizowa prac własn</b>	<b>K_U14</b>	
kompetencje społeczne	1	EP9	<b>Potrafi zwróci si o pomoc do opiekuna naukowego</b>	<b>K_K01</b>	
	2	EP10	<b>D y do poszerzania swojej wiedzy i umiej tno ci</b>	<b>K_K10</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>pracownia dyplomowa</b>					
Forma zaj : <b>pracownia dyplomowa</b>					
1. <b>Zasady projektowania układów badawczych z zakresu tematyki pracy dyplomowej</b>				5	25
2. <b>Metody wykorzystywane w badaniach z zakresu tematyki pracy dyplomowej</b>				6	10

3. Dokonanie wyboru i analizy specjalistycznej literatury dotyczącej tematyki pracy dyplomowej		6	10		
Metody kształcenia	Praca w grupach, Wykonywanie do wiadomości				
Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu			
	PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA	EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9			
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)	EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9			
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie pracowni dyplomowej na podstawie obecności, aktywności oraz prawidłowego wykonywania badań				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena z pracowni dyplomowej jest średnią ocen uzyskanych za obecność, aktywność oraz prawidłowe wykonywanie badań				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	5	pracownia dyplomowa		Ważona	
	5	pracownia dyplomowa [pracownia dyplomowa]	zaliczenie z ocen		1,00
	6	pracownia dyplomowa		Ważona	
	6	pracownia dyplomowa [pracownia dyplomowa]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Prace oryginalne i przeglądowe w czasopiśmie specjalistycznych wg wskazania promotora pracy dyplomowej :				
Literatura uzupełniająca	Literatura dobrana wg wymagań i zaleceń promotora zgodnie z tematyką pracy dyplomowej :				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zajęcia dydaktyczne	45				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	0				
Przygotowanie się do zajęć	30				
Studiowanie literatury	30				
Udział w konsultacjach	0				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	120				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	0				
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>225</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>9</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>profilaktyka zdrowia w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_55N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. MARTA ST PIE -SŁODKOWSKA</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. KATARZYNA SYGIT</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie ze specyfik urazów sportowych oraz diagnostyki, profilaktyki i terapii najcz stszych problemów klinicznych. Kształcenie umiej tno ci prowadzenia rehabilitacji u sportowców w zale no ci od rodzaju urazu. Nabycie kompetencji do pracy z ró nymi grupami społecznymi. Nabycie umiej tno ci kreowania zachowa prozdrowotnych w ró nych grupach społecznych.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo podstaw anatomii i fizjologii człowieka oraz zagadnie z biomechaniki i ergonomii. Umiej tno stosowania testów funkcjonalnych i prowadzenia kinezyterapii. Praca w zespole oraz komunikacja interpersonalna.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP3	<b>posiada wiedz w zakresie wpływu rodowiska (czynników zewn trznych) na organizm człowieka dodatkowo obci ony wiczeniami fizycznymi</b>	<b>K_W06</b>	
	2	EP4	<b>posiada wiedze w zakresie profilaktyki: urazów sportowych oraz edukacji zdrowotnej</b>	<b>K_W07</b>	
umiej tno ci	1	EP6	<b>potrafi tworzy , weryfikowa i modyfikowa program usprawniania osób trenuj cych w szeroko poj tej ochronie zdrowia sportowca</b>	<b>K_U13</b>	
kompetencje społeczne	1	EP8	<b>potrafi okre li priorytety i przestrzega zasad etycznych w decyzjach i działaniach podejmowanych w stosunku do zawodnika/sportowca</b>	<b>K_K02</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>profilaktyka zdrowia w sporcie</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Promocja zdrowia osób aktywnych fizycznie.</b>				6	2
2. <b>Profilaktyka zdrowia. Typy profilaktyki.</b>				6	2
3. <b>Czynniki warunkuj ce zdrowie.</b>				6	2
4. <b>Edukacja zdrowotna osób aktywnych fizycznie.</b>				6	2
5. <b>Znaczenie kondycji psychofizycznej w motywacji do podejmowania aktywno ci fizycznej.</b>				6	2
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. <b>Promocja i profilaktyka w wybranych grupach społecznych ze szczególnym uwzgl dnieniem osób uprawiaj cych sport.</b>				6	3



2. Planowanie, realizacja i ewaluacja programów promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej i profilaktyki w ród osób trenuj cych wybrane dyscypliny sportowe.		6	2		
Metody kształcenia	Zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej; Profilaktyka zdrowia w sporcie; Podstawy fizjoterapii w sporcie Wykład: Wykład z prezentacj multimedialn wiczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zaj , zaj cia praktyczne, rozwi zywanie zada problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z ksi k , analiza i przegl d tematyczny literatury-przygotowanie zaj na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia si		Nr efektu uczenia si z sylabusu			
	KOŁOKWIUM	EP3,EP4			
	SPRAWDZIAN	EP3,EP4			
	PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA	EP3,EP4,EP6			
	PROJEKT	EP3,EP4,EP6,EP8			
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )	EP3,EP4,EP6,EP8			
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie ko cowe obejmuje - pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium ko cowego z wykładów oraz pozytywne zaliczenie wicze : wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa jest redni arytmetyczn ocen ko cowych z wykładów oraz wicze .				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	profilaktyka zdrowia w sporcie		Arytmetyczna	
	6	profilaktyka zdrowia w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	profilaktyka zdrowia w sporcie [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa				
	Kotarska K., Drohomirecka A., Sygit M., Sygit K., Eider, J. (2014): Comparison of motor abilities of Young children In Poland In years 1996 and 2006. CEJSSM No 1				
	Mieczkowski T (red.) (2001): Dodatnie i ujemne aspekty aktywno ci ruchowej, IKF US.				
	Woynarowska B. 2008 (2008): Edukacja zdrowotna, PWN Warszawa				
Literatura uzupełniaj ca	Gieremek K., Dec L. (2000): Zm czenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	15				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2				
Przygotowanie si do zaj	20				
Studiowanie literatury	23				
Udział w konsultacjach	5				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	10				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>psychologiczne aspekty sportu (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2981_17N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	konwersatorium	12	ZO	2
<b>Razem</b>			<b>12</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr JOANNA RATAJCZAK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr JOANNA RATAJCZAK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Ma podstawow wiedz , umiej tno ci i kompetencje dotycz ce psychologicznych aspektów w sporcie</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	<b>ma podstawow wiedz i zna fundamentaln terminologi nauk o psychologicznych aspektach w sporcie</b>	<b>K_W03</b>	
	2	EP2	<b>zna i rozumie procesy zm czenia i wypoczynku, odnowy psychobiologicznej w uj ciu psychologicznym</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>rozumie warunki utrzymywania homeostazy i role psychologicznych aspektów w tym zakresie</b>	<b>K_W04</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>potrafi komunikowa si , współdziała z jednostk i grup społeczn w zakresie zagadnie z psychologii sportu</b>	<b>K_U03</b>	
	2	EP5	<b>posiada umiej tno oceny i przewidywania ludzkich zachowa , analizowania ich motywów oraz konsekwencji społecznych w obszarze dotycz cym sportu</b>	<b>K_U12</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>potrafi krytycznie oceni poziom swoich kwalifikacji i kompetencji z zakresu psychologicznych podstaw sportu i w razie konieczno ci zwróci si o pomoc do specjalisty.</b>	<b>K_K01</b>	
	2	EP7	<b>stosuje normy i zasady etyczne obowi zuj ce wynikaj ce z aspektów psychologicznych zwi zanych ze sportem wyczynowymi i amatorskim</b>	<b>K_K02</b>	
	3	EP8	<b>jest gotów do odnoszenia si z szacunkiem i zrozumieniem formułuj c opinie wynikaj ce z analizy psychologicznej w stosunku do ró nych grup społecznych</b>	<b>K_K03</b>	
	4	EP9	<b>jest gotów do podejmowanie działań edukacyjnych</b>	<b>K_K09</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>psychologiczne aspekty sportu</b>					

Forma zaj : <b>konwersatorium</b>					
1. <b>Przedmiot i zadania aspektów psychologicznych w sporcie</b>			2	2	
2. <b>Psychologiczna charakterystyka działalności sportowej</b>			2	2	
3. <b>Procesy poznawcze w działalności sportowej</b>			2	2	
4. <b>Procesy emocjonalne i emocje w działalności sportowej</b>			2	2	
5. <b>Zdolności i uzdolnienia sportowe</b>			2	2	
6. <b>Psychologiczne aspekty wczesnego uprawiania sportu</b>			2	2	
Metody kształcenia	<b>Prezentacja multimedialna</b> <b>Dyskusja</b>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIUM</b>				<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP6,EP7</b>
	<b>ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				<b>EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie z ocen , całość stanowi ocena z kolokwium.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Zaliczenie z ocen , całość stanowi ocena z kolokwium.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	psychologiczne aspekty sportu		Ważona	
	2	psychologiczne aspekty sportu [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Gracz J., Sankowski T. (2000): Psychologia sportu, AWF Pozna				
	Gracz J., Sankowski T. (2001): Psychologia w rekreacji i turystyce, AWF Pozna				
	Hemmings B., Holder T. (2016): Psychologia sportu, Wydawnictwo naukowe PWN				
	Łuszczyska A. (2011): Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, Wydawnictwo naukowe PWN				
Literatura uzupełniająca	S k H. (2005): Wprowadzenie do psychologii klinicznej, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zajcia dydaktyczne			<b>12</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>2</b>		
Przygotowanie się do zaj			<b>8</b>		
Studiowanie literatury			<b>18</b>		
Udział w konsultacjach			<b>5</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>0</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>5</b>		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>50</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>2</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>seminarium (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ3014_21N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno :	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 4 - j zyk polski, semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	seminarium	15	0	ZO	4
3	5	seminarium	15	0	ZO	3
	6	seminarium	15	0	ZO	5
<b>Razem</b>			<b>45</b>			<b>12</b>
Koordynator przedmiotu:		dr hab. JOANNA KRUK				
Prowadz cy zaj cia:		dr hab. KATARZYNA KOTARSKA				
Cele przedmiotu:		<p>Nabywanie umiejętności prezentowania problematyki badawczej i aktywnego udziału w dyskusjach naukowych Zapoznanie się z zagadnieniami związanymi z planowanymi tematami prac dyplomowych Dokonanie wyboru właściwych metod badawczych do wykonania części eksperymentalnej prac dyplomowych</p> <p>Nabywanie umiejętności planowania badań, przygotowania projektów badawczych oraz pisania prac naukowych.</p> <p>Nabywanie umiejętności prezentacji uzyskanych wyników badań Przygotowanie prac licencjackich</p>				
Wymagania wstępne:		Zaliczenie przedmiotów podstawowych i kierunkowych realizowanych w programie studiów przed przystąpieniem do kursu seminarium				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Student potrafi poprawnie posługiwać się terminologią związaną z realizowanym tematem pracy dyplomowej			K_W11
	2	EP2	Posiada podstawową wiedzę z zakresu tematyki pracy dyplomowej			K_W13
	3	EP3	Zna metodologię oraz podstawowe techniki i narzędzia badawcze stosowane w badaniach z zakresu badań związanych z realizowanym tematem pracy dyplomowej			K_W13

umiej tno ci	1	EP4	Posługuje si literatur naukow z zakresu diagnostyki sportowej	K_U08
	2	EP5	Umie nale ycie katalogowa , zestawia i archiwizowa zebrane dane	K_U08
	3	EP6	Wykazuje umiej tno krytycznej analizy dost pnych informacji i prawidłowo dokonuje ich selekcji	K_U12 K_U15
	4	EP7	Wykazuje umiej tno formułowania wniosków na podstawie danych literaturowych	K_U12
	5	EP8	Wykazuje umiej tno napisania pracy badawczej pod kierunkiem opiekuna naukowego	K_U06 K_U10 K_U11
	6	EP9	Potrafi pracowa samodzielnie w sposób systematyczny i zapewniaj cy realizacj zda zwi zanych z przygotowaniem pracy dyplomowej	K_U14
	7	EP14	Przedstawia w postaci wyst pienia ustnego najnowsze dane z zakresu tematyki realizowanej pracy dyplomowej	K_U11
kompetencje społeczne	1	EP11	Potrafi zwróci si o pomoc do opiekuna naukowego	K_K01
	2	EP12	D y do poszerzania swojej wiedzy i umiej tno ci	K_K10
	3	EP13	Jest gotów do gradacji priorytetów słu cych realizacji zało onego zadania	K_K07
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr
				Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: <b>seminarium</b>				
Forma zaj : <b>seminarium</b>				
1. Zapoznanie si z zasadami przygotowania pracy dyplomowej oraz zasadami egzaminu dyplomowego		4	2	
2. Metodologia pracy dyplomowej		4	13	
3. Omawianie najnowszych osi gni z zakresu tematyki pracy dyplomowej.		5	7	
4. Zapoznanie si z tematyk dotycz c realizowanych prac dyplomowych, z uwzgl dnieniem najnowszej literatury (w tym angloj zycznej)		5	8	
5. Przedstawienie referatów dotyczacych zagadanie zwi zanych z tematyk pracy dyplomowej		6	7	
6. Realizowanie prac dyplomowych, z uwzgl dnieniem najnowszej literatury i przygotowywanie si do egzaminu dyplomowego		6	8	
Metody kształcenia	wiczenia dotycz ce metod przeszukiwania literaturowych baz danych, wiczenia dotycz ce techniki pisania prac naukowych, Referaty studentów, Dyskusje ze studentami			
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>			EP11,EP12,EP13,E P4,EP5,EP6,EP7,EP 8,EP9
	<b>PREZENTACJA</b>			EP1,EP11,EP12,EP 13,EP14,EP2,EP3,E P4,EP6
	<b>PRACA DYPLOMOWA</b>			EP1,EP11,EP12,EP 13,EP2,EP3,EP4,EP 5,EP6,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	<b>Obecno , aktywno , przygotowanie referatów i wyst pie ustnych oraz pracy dyplomowej</b>			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
	<b>Ocena z seminarium jest redni ocen uzyskanych za referaty, wyst pienia ustne oraz prac dyplomow</b>			
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny
	4	seminarium		Ważona
	4	seminarium [seminarium]	zaliczenie z ocen	
Waga do redniej				
1,00				

5	seminarium		Wa ona	
5	seminarium [seminarium]	zaliczenie z ocen		1,00
6	seminarium		Wa ona	
6	seminarium [seminarium]	zaliczenie z ocen		1,00

Literatura podstawowa	Prace oryginalne i przegl dowe w czasopismach specjalistycznych, wg zalece i wskaza promotora pracy dyplomowej :
-----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Literatura uzupełniaj ca	Literatura wg zalece i wskaza promotora z tematyk pracy dyplomowej :
--------------------------	----------------------------------------------------------------------

### NAKLAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zaj cia dydaktyczne	<b>45</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>72</b>	
Studiowanie literatury	<b>20</b>	
Udział w konsultacjach	<b>75</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>50</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>36</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>300</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>12</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>składniki od ywcze w po ywieniu (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_64N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	10	ZO	3
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Wprowadzenie studentów w tematyk zasad ywienia sportowców uprawiaj cych ró ne dyscypliny sportu. Zapoznanie studentów z głównymi składnikami ywieniowymi i ich rol w wysiłku fizycznym. ywienie sportowców w ró nych okresach treningowych. Regulowanie masy ciała. Rozpoznania zagro e zdrowotnych zwi zanych z pierwotnymi i wtórnymi wadami ywieniowymi sportowców.</p>			
Wymagania wst pne:		<p>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem</p>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania	K_W01	
	2	EP2	zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.	K_W03	
	3	EP3	rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.	K_W04	
	4	EP4	posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie	K_W06	
	5	EP5	zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.	K_W07	

umiej tno ci	1	EP6	student potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet a wysi kiem fizycznym. potrafi analizowa , interpretowa przemiany biochemiczne zachodz ce w organizmie os b aktywnych fizycznie.	K_U02
	2	EP7	potrafi formu ow a opinie dotycz ce zachowa ywieniowych os b aktywnych fizycznie.	K_U03
	3	EP8	m o wi o zagadnieniach zwi zanych z ywieniem w sporcie zrozumia ł ym j zykiem, stosuj c poprawn nomenklatur .	K_U03
	4	EP9	planuje i wdra a odpowiednie post powanie ywieniowe uwzgl dniaj c okre lony cel i mo liwo ci.	K_U11
	5	EP10	potrafi wskaza b ł dy i zaniedbania ywieniowe.	K_U13
	6	EP11	wyказuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezbd nych danych w literaturze.	K_U15
kompetencje spo łeczne	1	EP12	ma wiadomo swojej roli w ksztaltowaniu prawid łowych nawyk w ywieniowych i stosowaniu prawid łowej i bezpiecznej suplementacji u os b aktywnych fizycznie.	K_K05
	2	EP13	ma wiadomo roli prawid łowego ywienia cz łowieka poddanego wysi kowi fizycznemu	K_K05
	3	EP14	ma wiadomo konieczno ci stosowania wiedzy na temat zdrowiej wiedzy w praktyce trenerskiej	K_K07
	4	EP15	student rozumie potrzeb dalszego ksztalcenia si w zakresie zasad prawid łowego ywienia	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: sk ładniki od ywcze w po ywieniu				
Forma zaj : wykład				
1. Charakterystyka og łna przedmiotu, rys historyczny, podstawowe poj cia i definicje. Znaczenie ywienia dla zdrowia.			6	2
2. Charakterystyka substancji od ywcz ych w ywieniu cz łowieka.			6	2
3. ywienie jako r d Źo substancji antyod ywcz ych.			6	1
Forma zaj : wiczenia				
1. Makrosk ładniki: bia łka, t łuszczce i w glowodany w ywieniu cz łowieka, ich podzia ł, funkcje w organizmie, trawienie, wch łanianie, normy ywienia i g ł wne r d Źa w po ywieniu. Witaminy i sk ładniki mineralne (podzia ł, rola objawy niedoboru i nadmiaru).			6	5
2. Okre lanie i ocena warto ci od ywczej po ywienia. Zasady uk ładania jad łospis w (praca w grupach).			6	5
Metody ksztalcenia	wykład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna			
Metody weryfikacji efekt w uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa
	KOLOKWIUM			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9
	PREZENTACJA			EP10,EP11,EP13,EP14,EP15,EP2,EP3,EP4
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze : obecno , aktywno na zaj ciach oraz przygotowanie i przedstawienie prezentacji. Zaliczenie wyk ład w : kolokwium pisemne z tre ci wyk ład w.			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
	Ocen ko cow z ka dego przedmiotu stanowi rednia arytmetyczna ocen z wicze i z wyk ład w.			



	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
Metoda obliczania oceny koŃcowej	6	składniki od ywczce w po ywieniu		Arytmetyczna	
	6	składniki od ywczce w po ywieniu [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	6	składniki od ywczce w po ywieniu [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Bean (2008): ywienie w sporcie, wyd. Zysk i S-ka, Pozna				
	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych				
Literatura uzupełniają ca	Benardot D. (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
Zaj cia dydaktyczne		<b>15</b>			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		<b>2</b>			
Przygotowanie si do zaj		<b>20</b>			
Studiowanie literatury		<b>23</b>			
Udział w konsultacjach		<b>5</b>			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		<b>0</b>			
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia		<b>10</b>			
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>75</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>3</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>suplementacja w praktyce sportowej (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_66N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Wprowadzenie studentów w tematyk zasad ywienia sportowców uprawiaj cych ró ne dyscypliny sportu.                      Zapoznanie studentów z wpływem suplementów, od ywek i innych rodków na podwy szenie sprawno ci i poprawienie wydolno ci organizmu w ro nych dyscyplinach sportowych.                      Zapoznanie studentów z aktualnymi przepisami dotycz cymi suplementów diety.                      Zapoznanie studentów z mo liwymi interakcjami pomi dzy składnikami ywno ci a suplementami diety.</p>			
Wymagania wst pne:		<p>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem</p>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania	K_W01	
	2	EP2	zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.	K_W03	
	3	EP3	rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.	K_W04	
	4	EP4	posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie	K_W06	
	5	EP5	zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.	K_W07	

umiej tno ci	1	EP6	student potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet a wysi kiem fizycznym. potrafi analizowa , interpretowa przemiany biochemiczne zachodz ce w organizmie os b aktywnych fizycznie.	K_U02
	2	EP7	potrafi formu lowa opinie dotycz ce zachowa ywieniowych os b aktywnych fizycznie.	K_U03
	3	EP8	m owi o zagadnieniach zwi zanych z ywieniem w sporcie zrozumia łym j zykiem, stosuj c poprawn nomenklatur .	K_U03
	4	EP9	planuje i wdra a odpowiednie post powanie ywieniowe uwzgl dniaj c okre lony cel i mo liwo ci.	K_U11
	5	EP10	potrafi wskaza b ł dy i zaniedbania ywieniowe.	K_U13
	6	EP11	wykazuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezbd nych danych w literaturze	K_U15
kompetencje spo łeczne	1	EP12	ma wiadomo swojej roli w ksztaltowaniu prawid łowych nawyk w ywieniowych i stosowaniu prawid łowej i bezpiecznej suplementacji u os b aktywnych fizycznie.	K_K05
	2	EP13	ma wiadomo roli prawid łowego ywienia cz łowieka poddanego wysi kowi fizycznemu	K_K05
	3	EP14	ma wiadomo konieczno ci stosowania wiedzy na temat zdrowiej wiedzy w praktyce trenerskiej.	K_K07
	4	EP15	student rozumie potrzeb dalszego ksztalcenia si w zakresie zasad prawid łowego ywienia.	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: suplementacja w praktyce sportowej				
Forma zaj : wykład				
1. Program wspomagania farmakologicznego. Cele i metody wspomagania w procesie treningowym.			6	2
2. Wspomaganie farmakologiczne.			6	2
3. Dieta, ywienie i regulacja masy cia ła w sporcie wyczynowym.			6	4
4. Zabiegi fizykalne we wspomaganiu treningu Parafarmaceutyki.			6	2
Forma zaj : wiczenia				
1. Metody doboru wspomagania farmakologicznego w procesie treningowym			6	2
2. Substancje niebezpieczne i zakazane jako sk ładniki suplement w dedykowanych sportowcom			6	3
Metody ksztalcenia	wykład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna			
Metody weryfikacji efekt w uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu
	KOLOKWIUM			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7
	PREZENTACJA			EP1,EP10,EP11,EP13,EP14,EP15,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze : obecno oraz aktywny udział, przygotowanie i wygłoszenie prezentacji. Zaliczenie wykładów: zaliczenie kolokwium pisemnego.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu jest wystawiana w stosunku 1:1 oceny z ko cowej z wicze i z wykładów.</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	suplementacja w praktyce sportowej		Arytmetyczna	
	6	suplementacja w praktyce sportowej [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	suplementacja w praktyce sportowej [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Bean (2008): ywienie w sporcie. , wyd. Zysk i S-ka, Pozna				
	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice, Katowice				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych.				
Literatura uzupełniają ca	Benardot D. (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie si do zaj	<b>20</b>				
Studiowanie literatury	<b>23</b>				
Udział w konsultacjach	<b>5</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>				
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>szkolenie BHP (INNE DO ZALICZENIA)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2400_8N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	wykład	5	Z	0
<b>Razem</b>			<b>5</b>		<b>0</b>
Koordynator przedmiotu:		mgr MARIA ADAMCZYK			
Prowadz cy zaj cia:		-- -- dr MARIUSZ SIKORA			
Cele przedmiotu:		Przekazanie studentom wiedzy o bezpiecze stwie i higienie pracy, ochronie p.po , udzielaniu pierwszej pomocy oraz prawach i obowi zkach pracownika.			
Wymagania wst pne:		W - podstawowa wiedza o rodowisku U - posiada umiej tno ci uczenia si K - potrafi współdziała w grupie			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	Zna prawne, organizacyjne i etyczne uwarunkowania wykonywania działalno ci zawodowej w ramach studiowanego kierunku studiów Zna prawne, organizacyjne uwarunkowania bhp w trakcie wykonywania działalno ci zawodowej w ramach studiowanego kierunku studiów	<b>K_W05</b>	
umiej tno ci	1	EP2	Umie udzieli pierwszej pomocy przedmedycznej w sytuacji wypadkowej	<b>K_U07</b>	
kompetencje społeczne	1	EP3	Ma wiadomo zagro e mog cych wyst pi przy organizacji imprez sportowych oraz konieczno ci udzielania pierwszej pomocy i konsekwencji prawnych z tego wynikaj cych	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>szkolenie BHP</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Regulacje prawne: uregulowania prawne dotycz ce bezpiecze stwa pracy i ochrony zdrowia ,obowi zki uczelni, przeło onych w zakresie zapewnienia bezpiecznych i higienicznych warunków pracy i nauki, czynniki ergonomiczne w kształtowaniu warunków pracy, w tym normy higieniczne dla stałych pomieszcze				1	1
2. Czynniki niebezpieczne fizyczne, biologiczne i chemiczne na zaj ciach laboratoryjnych, pracownikach i w czasie zaj terenowych, unikanie zagro e ze szczególnym uwzgl dnieniem rodków ochrony zbiorowej i indywidualnej oraz post powanie powypadkowe ( uregulowania prawne, ubezpieczenia wypadkowe).				1	2
3. Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej w sytuacji wypadkowej, apteczki pierwszej pomocy.				1	1
4. Podstawy prawne w zakresie ochrony p.po . systemy wykrywania po arów. substancje palne i wybuchowe , zapobieganie zagro eniom po arowym , post powanie w czasie po aru i innych miejscowych zagro eniach, podr czny sprz t ga niczy, ewakuacja.				1	1
Metody kształcenia		szkolenie e-learningowe			

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>SPRAWDZIAN</b>				<b>EP1,EP2,EP3</b>
Forma i warunki zaliczenia	<b>Test e- lerningowy wyboru sprawdzaj czy wiedz nabyt w trakcie szkolenia, w szczególno ci unikanie zagro e , post powanie podczas po aru i ewakuacji oraz uregulowania prawne. Warunkiem zaliczenia testu jest udzielenie 75% poprawnych odpowiedzi.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Zaliczenie kursu e-lerningowego z bhp oraz zdanie testu e-lerningowego 75% poprawnych odpowiedzi z testu e-lerningowego</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	szkolenie BHP		Nieobliczana	
	1	szkolenie BHP [wykład]	zaliczenie		
Literatura podstawowa	B. R czkowski. (2010): BHP w praktyce, Wydawnictwo ODDK, Gda sk				
	Kodeks Pracy.				
	(2011): Zarz dzenia Rektora US.				
Literatura uzupe niaj ca					
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			5		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			0		
Przygotowanie się do zaj			0		
Studiowanie literatury			0		
Udział w konsultacjach			0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			0		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>5</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>0</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>szkolenie biblioteczne (INNE DO ZALICZENIA)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ3063_9N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	wykład	2	Z	0
<b>Razem</b>			<b>2</b>		<b>0</b>
Koordynator przedmiotu:		mgr BEATA BEKASZ			
Prowadz cy zaj cia:		-- -- mgr BEATA BEKASZ			
Cele przedmiotu:		Zapoznanie studenta ze struktur biblioteki mi dzywydziałowej, zasobami czyteln i wypo yczalni, katalogiem elektronicznym i kartkowym, korzystaniem z komputerów i ze sprz tu reprograficznego. Nabycie umiej tno ci korzystania z Elektronicznego Katalogu Głównego: szybkie wyszukiwanie, wyszukiwanie zaawansowane, elektroniczne bazy danych			
Wymagania wst pne:		Wypełnienie przez studenta formularza wst pnej rejestracji dost pnego na stronie Biblioteki Głównej Uniwersytetu Szczeci skiego.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
umiej tno ci	1	EP1	Student zna struktur Biblioteki Mi dzywydziałowej oraz potrafi korzysta z zasobów czyteln i wypo yczalni posługuj c si zarówno katalogiem elektronicznym jak i kartkowym.	K_U03	
	2	EP2	Student zna zasady korzystania z komputerów i sprz tu reprograficznego w Bibliotece Mi dzywydziałowej	K_U03	
	3	EP3	Student potrafi korzysta z Elektronicznego Katalogu Głównego oraz ró nych form wyszukiwania (wyszukiwanie zaawansowane, szybkie wyszukiwanie).	K_U03	
	4	EP4	Student zna i potrafi posługiwa si elektronicznymi bazami danych w celu wyszukiwania publikacji pozwalaj cych na pogł bianie swojej wiedzy i zainteresowa , prowadzenie bada niezbdnych do napisania i zło enia pracy licencjackiej.	K_U03 K_U06	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>szkolenie biblioteczne</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Struktura biblioteki miedzywydziałowej, zasoby czyteln i wypo yczalni, katalog elektroniczny i kartkowy, Elektroniczny Katalog Główny - szybkie wyszukiwanie, wyszukiwanie zaawansowane, elektroniczne bazy danych, korzystanie z komputerów i sprzetu reprograficznego.</b>				1	2
Metody ksztalcenia		Prezentacja multimedialna dost pna na stronie Biblioteki Mi dzywydziałowej.			
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusa
		<b>SPRAWDZIAN</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP4</b>

Forma i warunki zaliczenia	<b>Warunkiem uzyskania zaliczenia jest otrzymanie co najmniej 60 % z testu elektronicznego dostępnego na stronie Biblioteki Międzywydziałowej</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Warunkiem uzyskania zaliczenia jest otrzymanie co najmniej 60 % z testu elektronicznego dostępnego na stronie Biblioteki Międzywydziałowej</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	szkolenie biblioteczne		Nieobliczana	
	1	szkolenie biblioteczne [wykład]	zaliczenie		
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zajęcia dydaktyczne			2		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			0		
Przygotowanie się do zajęć			0		
Studiowanie literatury			0		
Udział w konsultacjach			0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			0		
<b>Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>2</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>0</b>		



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>technika czynności sportowych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_53N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie umiej tno ci i kompetencji w zakresie odpowiedniego doboru metod oceny i procedur pomiaru czynno ci ruchowych. Poznanie uwarunkowa mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne reakcje ludzkiego organizmu w czasie wykonywania czynno ci ruchowych w spoczynku oraz w warunkach podejmowania wysiłku fizycznego.</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>Wymienia podstawowe elementy mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi</b>	<b>K_W05</b>	
	3	EP3	<b>Opisuje zasady oraz metody nauczania i doskonalenia techniki sportowej.</b>	<b>K_W13</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>Potrafi interpretowa wyniki analizy techniki ruchu w wybranej dyscyplinie sportu.</b>	<b>K_U02</b>	
	2	EP5	<b>Potrafi dokona analizy danych ilo ciowych i jako ciowych charakteryzuj cych technik sportow .</b>	<b>K_U06</b>	
	3	EP6	<b>Potrafi konstruowa program wicze specjalnych doskonal cych wybrane elementy techniki sportowej.</b>	<b>K_U09</b>	
kompetencje społeczne	1	EP7	<b>Jest gotów do odpowiedzialnego zrealizowania zada wynikaj cych z przygotowania projektu.</b>	<b>K_K03</b>	
	2	EP8	<b>Stosuj c wła ciw terminologi potrafi w jasny sposób przekaza wiedz z zakresu pomiaru kinezylogicznego oraz jasno formuluje odpowiedzi na zadawane pytania w dyskusji.</b>	<b>K_K06</b>	
	3	EP9	<b>Student ma wiadomo swojej wiedzy i umiej tno ci, dokonuje prawidłowej samooceny własnych kompetencji oraz jest wiadomy potrzeby samodoskonalenia.</b>	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>technika czynno ci sportowych</b>					

Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Kinezylogia jako dyscyplina naukowa oraz przedmiot dydaktyki akademickiej.		5	1		
2. Subsystemy czynno ci ruchowych (percepcyjny, aktywacyjny, realizacyjny).		5	2		
3. Sterowanie i regulacja ruchów		5	1		
4. Uczenie motoryczne		5	1		
5. Nawyk ruchowy a technika ruchu.		5	1		
6. Rodki, zasady oraz metody nauczania i doskonalenia techniki sportowej		5	2		
7. Modele techniki sportowej		5	1		
8. Czynno ruchowa a procesy uwagi		5	1		
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Etapy przygotowania technicznego.		5	1		
2. wiczenia specjalne doskonal ce technik sportow w dyscyplinach indywidualnych i zespołowych		5	1		
3. Trena ery w nauczaniu i doskonaleniu techniki sportowej.		5	1		
4. Pomiar kinezylogiczny		5	1		
5. Podstawowe poj cia opisu i analizy ruchu		5	1		
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	<b>KOLOKWIUM</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP9</b>	
	<b>PREZENTACJA</b>			<b>EP1,EP2,EP3,EP7,EP8,EP9</b>	
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie wicze :</p> <p>1. Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach.</p> <p>2. Prezentacja ustna (multimedialna) zwi zana z tematyk bada naukowych prowadzonych w zakresie uwarunkowa mechanizmów sterowania czynno ciami ruchowymi oraz analiz techniki ruchu (na podstawie danych ródłowych pochodz cych z czasopism z dziedziny kinezylogii). Pytania i odpowiedzi w dyskusji nad zagadnieniem - ocena za prezentacj stanowi 20% oceny ko cowej z przedmiotu</p> <p>Zaliczenie wykładów:</p> <p>3. Kolokwium pisemne (pytania wymagaj ce dl u szej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologi , poj cia z zakresu kinezylogii, rodki, zasady oraz metody nauczania i doskonalenia techniki sportowej) - ocena za prezentacj stanowi 80% oceny ko cowej z przedmiotu.</p> <p>Zasady wyliczania oceny z przedmiotu</p> <p><b>Ocena ko cowa</b></p> <p>2. Prezentacja ustna-20%</p> <p>3. Kolokwium pisemne -80%</p>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	technika czynno ci sportowych		Wa ona	
	5	technika czynno ci sportowych [wykład]	zaliczenie z ocen		0,80
	5	technika czynno ci sportowych [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,20
Literatura podstawowa	Błaszczak J. (2004): Biomechanika układu ruchu człowieka, PZWL Warszawa				
	Bober T., Zawadzki J. (2003): Biomechanika układu ruchu człowieka, AWF Wrocław				
	Król H. (2003): Kryteria doboru i oceny wicze doskonal cych technik sportow , AWF Katowice				
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka. Teoria motoryczno ci człowieka w zarysie., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
	Schmidt R.A. Wrisberg C.A. (2000): Motor learning and performance. A problem-based learning approach, Human Kinetics Books, Champaign				

Literatura uzupełniająca	Wnorowski K., Skrobecki J. (2000): Teoretyczno-metodyczne podstawy kontroli motoryczności siatkarek i siatkarzy. , Rocznik naukowy, AWF Gdańsk, 53-78.
	Zwierko T, Wójcik J. (2019): Exercise-induced fatigue impairs visuomotor adaptability in physical education students , Physical education of students,23(6), 327–333

### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>18</b>
Studiowanie literatury	<b>10</b>
Udział w konsultacjach	<b>10</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>10</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>techniki informatyczne (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2984_1N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	laboratorium	15	ZO	2
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr JAROSŁAW NADOBNIK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr JAROSŁAW NADOBNIK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie studentów z podstawami zastosowania narz dzi informatycznych w pracy naukowej i biurowej. Przedstawienie podstawowych poj , ukazanie przykładów rozwi zywania konkretnych problemów i zagadnie z zastosowaniem poszczególnych programów komputerowych, zdobywanie przez studentów umiej tno ci samodzielnego wyboru i dostosowywania poszczególnych narz dzi informatycznych</b>			
Wymagania wst pne:		<b>W - wiedza z zakresu informatyki na poziomie szkoły redniej K - kreatywno , odpowiedzialno U - umiej tno ci z zakresu obsługi komputera (poziom szkoły redniej)</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student ma podstawowa wiedz i zna podstawow terminologi z zakresu informatyki (zarówno od strony terminologicznej, metodologicznej, jak i prawnej)	<b>K_W14</b>	
umiej tno ci	1	EP2	student potrafi dobiera i efektywnie wykorzystywa poszczególne narz dzia informatyczne w rozwi zywaniu konkretnych problemów, z jakimi mo na si spotka w pracy naukowej i biurowej	<b>K_U08</b>	
	2	EP3	student potrafi samodzielnie projektowa i budowa proste bazy danych liczbowych	<b>K_U06</b>	
	3	EP4	student potrafi samodzielnie uzupełnia dane zamieszczone w bazie danych, operowa i przetwarza je, a tak e je analizowa	<b>K_U08</b>	
kompetencje społeczne	1	EP5	student zdaje sobie spraw z potrzeby ci głęego rozwoju i poszerzania swojej wiedzy i umiej tno c	<b>K_K01</b>	
	2	EP6	student jest wiadomy własnych ogranicze i wie kiedy zwróci si do ekspertów z pro b o pomoc	<b>K_K01</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>techniki informatyczne</b>					
Forma zaj : <b>laboratorium</b>					
1. Podstawowe operacje na plikach i katalogach. Zarz dzanie systemem operacyjnym - podstawowe ustawiania.				1	1
2. Edytor tekstów MS WORD.				1	1
3. Arkusz kalkulacyjny MS EXCEL. Pisanie formuł, podstawowe obliczenia, funkcje. Formatowanie warunkowe, sortowanie danych, filtrowanie danych. Tabele przestawne.				1	3
4. Prezentacje multimedialne. Power Point. Ł czenie grafiki z tekstem.				1	1

5. Internet. Poruszanie się po Internecie. Wyszukiwanie danych. Bezpieczeństwo w sieci. Obsługa programów pocztowych. Wymiana informacji.		1	1		
6. Obsługa specjalistycznych programów wykorzystywanych w diagnostyce laboratoryjnej.		1	4		
7. Obsługa zaawansowanych naukowych baz danych oraz baz indeksacyjnych		1	3		
8. Obsługa podstawowych programów graficznych.		1	1		
Metody kształcenia	<b>wiczenia praktyczne - rozwiązywanie zadań</b>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	<b>SPRAWDZIAN</b>		<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6</b>		
	<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>		<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6</b>		
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zalecenie ćwiczeń na podstawie aktywności na wiczeniach oraz prawidłowości wykonywania zadań.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena końcowa jest średnią ocen uzyskanych w czasie zajęć.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	techniki informatyczne		Waga	
	1	techniki informatyczne [laboratorium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Grzegorz Kowalczyk (2016): Word 2016 PL. wiczenia praktyczne, Helion, Warszawa				
	Walkenbach J. (2013): Excel 2013., Helion, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	Piotr Wróblewski (2016): ABC komputera, Helion, Warszawa				
	Witold Wrotek (2019): Office 2019 PL. Kurs, Helion, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
					Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne					<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu					<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć					<b>8</b>
Studiowanie literatury					<b>10</b>
Udział w konsultacjach					<b>8</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.					<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia					<b>7</b>
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>					<b>50</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>					<b>2</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>teoria i metodyka sportów indywidualnych (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_67N</b>		
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 		
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski</b>			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	10	0	ZO	3
		wykład	10	0	ZO	
	4	wiczenia	15	0	E	4
<b>Razem</b>			<b>35</b>			<b>7</b>
Koordynator przedmiotu:		dr ALICJA DROHOMIRECKA				
Prowadz cy zaj cia:		dr WIOLETTA ŁUBKOWSKA , dr MAREK KOLBOWICZ				
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie przez studentów kompetencji w zakresie:</b> - wykonywania i nauczania podstaw techniki wybranych sportów indywidualnych - usprawniania motorycznego w ramach wybranych sportów indywidualnych				
Wymagania wst pne:		Umiej tno pływania w zakresie wymogów karty pływackiej.				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student posiada wiedz z zakresu etapów rozwoju motorycznego oraz jego uwarunkowa w ontogenezie człowieka w zakresie sportów indywidualnych.		K_W05	
umiej tno ci	1	EP2	posiada umiej tno ci ruchowe dotycz ce konkurencji lekkoatletycznych, pływania, gimnastki wio larstwa niezbdne do prowadzenia do uczestnictwa w ró nych formach sportowych i aktywno ci fizycznej.		K_U01	
	2	EP3	potrafi zadba o bezpiecze stwo swoje i innych osób, potrafi udzieli pomocy przedmedycznej, potrafi stosowa zasady ochrony i bezpiecze stwa obowi zuj ce w sportach indywidualnych .		K_U04	
	3	EP4	posługuje si podstawowym sprz tem niezbdnym w sportach indywidualnych potrafi wykorzystywa podstawowe metody badawcze oraz potrafi prowadzi dokumentacje z wybranych sportów indywidualnych		K_U12	
	4	EP5	dobiera metody, formy i rodki do realizacji zada w sportach indywidualnych.		K_U13	

kompetencje społeczne	1	EP6	jest gotów do aktywnego uczestwa w wydarzeniach lokalnych promuj cych sporty indywidualane.	K_K04		
	2	EP7	jest wiadomy etycznego i prozdrowotnego stylu ycia, który propaguje i rozpowszechnia w sportach indywidualnych.	K_K06		
	3	EP8	posiada kompetencje pozwalaj ce na dbanie o bezpiecze stw grupy i dobro grupy wybranych sportach.	K_K08		
	4	EP9	ma wiadomo podnoszenia własnych kompetencji z zakresu sportów indywidualnych oraz dbania o zdrowy styl ycia.	K_K10		
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin		
				w tym e-learning		
Przedmiot: teoria i metodyka sportów indywidualnych						
Forma zaj : wykład						
1. Terminologia sportów indywidualnych			3	2		
2. Wybrane zagadnienia dotycz ce motoryczno ci człowieka w sportach indywidualnych			3	2		
3. Wybrane zagadnienia dotycz ce gimnastyki, lekkiej atletyki, pływania i wio larstwa			3	2		
4. Wybrane zagadnienia dotycz ce doboru selekcji w sportach indywidualnych			3	2		
5. Bezpiecze stwo w sportach indywidualnych			3	2		
Forma zaj : wiczenia						
1. Technika i metodyka gimnastyki			3	6		
2. Technika i metodyka lekkiej atletyki			3	4		
3. Technika i metodyka pływania			4	8		
4. Technika i metodyka wio larstwa			4	7		
Metody kształcenia	Metody odtwórcze i twórcze Praca w grupie Zaj cia praktyczne					
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY				EP1	
	KOLOKWIUM				EP1	
	PREZENTACJA				EP5,EP6,EP7,EP9	
ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )				EP2,EP3,EP4,EP8		
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze : Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach Zaliczenie praktyczne ( ocenie podlegaj wybrane elementy z zakresu gimnastyki, la, pływania i wio larstwa) -ocena stanowi 40 % oceny ko cowej. Prezentacja multimedialna - 20% oceny ko cowej. Uczestnictwo w wybranych zawodach - czynne lub bierne uczestnictwo - 10%. Egzamin pisemny - 30 % oceny ko cowej Zaliczeni wykładów: Zaliczenie pisemne obejmuj ce wiedz teoretyczn					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu					
	Wszystkie elementy wymienione powy ej musz by zaliczone na ocen min. dostateczn					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot		Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	teoria i metodyka sportów indywidualnych			Wa ona	
	3	teoria i metodyka sportów indywidualnych [ wiczenia]		zaliczenie z ocen		0,70
	3	teoria i metodyka sportów indywidualnych [wykład]		zaliczenie z ocen		0,30
	4	teoria i metodyka sportów indywidualnych			Wa ona	

4	teoria i metodyka sportów indywidualnych [ wiczenia]	egzamin		1,00
---	------------------------------------------------------	---------	--	------

Literatura podstawowa	Eider J. (2004): Gimnastyka sportowa w programie studiów wychowania fizycznego, US Szczecin
	Iskra J. (2006): Lekkoatletyka. Podr cznik dla studentów, AWF Katowice
	Iwanowski W. (2000): Pływanie. Zagadnienia wybrane, US Szczecin
	Karpi ski R. (2005): Pływanie, AWF Katowice
	Krupecki K. (2005): Wio larstwo. Rys historyczny. Technika. , Uniwersytet Szczeci ski
Literatura uzupełniają ca	Hennig M. i wsp. (2003): Wio larstwo., PZTW
	Iskra J. (2008): Lekkoatletyka dla dzieci i młodzie y, AWF Katowice. WWFIF Politechnika Opolska
	Jezierski R., Rybicka A. (1997): Gimnastyka .Teoria i metodyka, AWF Wrocław
	Laughlin Terry (2007): Pływanie dla ka dego, Buk Rower Zielonka

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zaj cia dydaktyczne	<b>35</b>	<b>0</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>38</b>	
Studiowanie literatury	<b>35</b>	
Udział w konsultacjach	<b>30</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>35</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>175</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>7</b>	



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>teoria i metodyka sportów zespołowych (KIERUNKOWE)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_73N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	20	0	ZO	3
	4	wiczenia	5	0	ZO	4
		wykład	10	0	E	
<b>Razem</b>			<b>35</b>			<b>7</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr BEATA FLORKIEWICZ</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr BEATA FLORKIEWICZ</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Nabycie przez studentów kompetencji w zakresie:</b> - wykonywania i nauczania podstaw techniki i taktyki wybranych sportów zespołowych - diagnozy sprawno ci specjalnej oraz składników ilo ciowych i jako ciowych gry w ramach wybranych sportów zespołowych  <b>Nabycie kompetencji do propagowania zachowa prozdrowotnych oraz dbało ci o własn sprawno fizyczn</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	posiada elementarn wiedz z zakresu teorii gier zespołowych jako formy aktywno ci sportowej i rekreacyjnej. zna technik wykonania umiej tno ci specjalistycznych z gier sportowych oraz zna i opisuje we wła ciwy sposób metodyk kształtowania i diagnozy podstawowych elementów techniki ruchu.			K_W05
	2	EP2	definiuje podstawowe systemy i zasady gry, wymienia i wyja nia przepisy z zakresu gier sportowych. rozró nia specjalistyczn terminologi stosowan w procesie szkolenia w sporcie i w rekreacji.			K_W05

umiej tno ci	1	EP3	demonstruje specjalistyczne umiej tno ci ruchowe z zakresu podstawowych elementó techniki i taktyki gier zespołowych niezbdnych do prowadzenia procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji.	K_U01
	2	EP4	posługuje si podstawowym sprz tem niezbdnym do realizacji aktywno ci sportowej i rekreacyjnej z zakresu gier zespołowych zgodnie z zasadami bezpiecze stwa swojego oraz uczestników zaj .	K_U04
	3	EP5	stosuje podstawowe metody oceny poziomu sprawno ci specjalnej z gier sportowych i analizy składników gry oraz potrafi interpretowa wyniki bada w tym zakresie.	K_U12
	4	EP6	konstruuje program aktywno ci sportowo-rekreacyjnej z zakresu gier sportowych dla osób w ró nym wieku z uwzgl dnieniem wła ciwego obci enia wysiłkowego.	K_U13
kompetencje społeczne	1	EP7	jest gotów do współdziałania w zespole oraz posiada kompetencje umo liwiaj ce zaangażowanie si w prac grupy przyjmuj c w niej ró ne role w tym inicjatora wicze , s dziego	K_K04
	2	EP8	jest wiadom konieczno ci przekazywania w jasny sposób wiedz z zakresu gier sportowych uczestnikom procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji.	K_K06
	3	EP9	jest gotów do ponoszenia odpowiedzialno za zdrowie i bezpiecze stwo uczestników programó aktywno ci sportowo-rekreacyjnej z zakresu gier sportowych.	K_K08
	4	EP10	dokonuje prawidłowej samooceny własnych kompetencji oraz ma wiadomo konieczno ci utrzymania wła ciwego poziomu sprawno ci fizycznej niezbdnej do pracy zawodowej.	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
				w tym e-learning
Przedmiot: teoria i metodyka sportów zespołowych				
Forma zaj : wykład				
1. Gry sportowe jako forma aktywno ci fizycznej osób w ró nym wieku.			4	1
2. Przepisy gry (koszykówka, piłka r czna, piłka siatkowa, piłka no na).			4	2
3. Etapy szkolenia sportowego w grach zespołowych			4	2
4. Uwarunkowania osi gni w grach sportowych: czynniki morfologiczne, motoryczne,psychologiczne			4	1
5. Diagnoza sprawno ci specjalnej w grach sportowych			4	1
6. Analiza ilo ciowa i jako ciowa składników gry.			4	1
7. Nauczanie gier sportowych - koncepcja TGfU (Teaching Games for Understanding).			4	2
Forma zaj : wiczenia				
1. wiczenia oswajaj ce z piłkami			3	3
2. Gry i zabawy w nauczaniu gier sportowych			3	3
3. Technika wykonania oraz metodyka nauczania podstawowych elementó technicznych gier sportowych (piłka r czna, piłka siatkowa, piłka no na)			3	5
4. Działania techniczno-taktyczne piłka r czna, piłka siatkowa, piłka no na), analiza składników gry			3	3
5. Organizacja i prowadzenie zaj sportowo-rekreacyjnych z gier sportowych			3	3
6. Testy sprawno ci specjalnej			3	3
7. wiczenia oswajaj ce z piłkami oraz gry i zabawy w nauczaniu gier sportowych			4	1
8. Technika wykonania oraz metodyka nauczania podstawowych elementó technicznych gier sportowych (koszykówka).			4	1
9. Działania techniczno-taktyczne z koszykówki, analiza składników gry			4	1

10. Organizacja i prowadzenie zajęć sportowo-rekreacyjnych z gier sportowych		4	1		
11. Testy sprawności specjalnej		4	1		
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład multimedialny</li> <li>- metody teoretyczne i praktycznego działania (odtwórcze i twórcze)</li> <li>- praca w grupie</li> <li>- gry symulacyjne</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2		
	PROJEKT		EP6,EP7,EP8,EP9		
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)		EP10,EP3,EP4,EP5		
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie wicze :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Obecność i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach.</li> <li>2. Zaliczenie praktyczne podstawowych elementów techniki w grach sportowych.</li> <li>3. Zaliczenie projektu grupowego w zakresie przeprowadzenia testu sprawności specjalnej lub analizy ilościowej i jakościowej składników gry w wybranej grze zespołowej (ocenie podlega: trafność doboru metody, organizacja badań pomiarowych, raport z opracowania wyników testów)</li> <li>4. Zaliczenie projektu grupowego: organizacja i prowadzenie programu aktywności rekreacyjno-sportowej z gier sportowych (ocenie podlega prezentacja, przygotowanie merytoryczne, bezpieczeństwo i organizacja zajęć dla wybranej grupy wiekowej, postawa prowadzącego)</li> </ol> <p>Zaliczenie wykładu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Egzamin pisemny obejmujący wiedzę teoretyczną (pytania wymagające dłuższej wypowiedzi pisemnej zawierającej terminologię i nazewnictwo w zakresie techniki i metodyki nauczania podstawowych elementów gry, wiedza na temat diagnozy sprawności specjalnej).</li> </ol> <p><b>Wszystkie punkty od 2-5 student musi otrzymać minimum ocen dostatecznych.</b></p>				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
		<b>Ocena jest średnią ważoną ocen końcowych z wicze 60% oraz wykładów 40%</b>			
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	teoria i metodyka sportów zespołowych		Ważona	
	3	teoria i metodyka sportów zespołowych [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
	4	teoria i metodyka sportów zespołowych		Ważona	
	4	teoria i metodyka sportów zespołowych [wykład]	egzamin		0,40
	4	teoria i metodyka sportów zespołowych [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,60
Literatura podstawowa	2. Naglak Z. (2001): Teoria zespołowej gry sportowej. Kształcenie gracza, AWF Wrocław				
	Huciński T., Wilejto-Lekner I. (2008): Koszykówka. Podręcznik dla trenerów, nauczycieli i studentów., BK Wydawnictwo i Księgarnia, Wrocław				
	Narodowy Model Gry (red. M. Dorna) (2016): , PZPN Warszawa				
	Spieszny M. (2011): Analiza rozwoju cech somatycznych, motorycznych i umiejętności techniczno-taktycznych młodych sportowców uprawiających grę w piłkę ręczną, AWF Kraków				
	Stępiński M., Paluszek K. (2011): Trening pozycyjny w piłce nożnej., Wydawnictwo MWW, Wrocław				
	Zatyrać Z., Piasecki L. (2001): Piłka siatkowa, ZWPiW Plewnia				
Literatura uzupełniająca	Florkiewicz B., Fogtman S., Lesiakowski P., Zwierko T. (2015): Antropomotoryka. , Journal of Kinesiology and Exercise Sciences				
	Paluszek K., Stępiński M. (2009): Taktyka atakowania i bronienia w systemie 1-4-4-2. , Fundacja Widzew Łódź – „Akademia Futbolu”, Łódź				
	Piasecki L., Florkiewicz B., Krzepota J., Steciuk H., Zwierko T. (2015): System FitLight TrainerTM — nowoczesna technologia w kontroli procesu treningu sportowego w piłce siatkowej. W: Sport, turystyka i rekreacja wobec wyzwań współczesności, 11, 41-48				
	Stępiński H., Zwierko T. (2015): Gaze behavior in basketball shooting: Preliminary investigations. TRENDS in Sport Sciences, 2(22): 89-94				
	Stępiński M., Dorna M. (2011): Gra 1x1 we współczesnej piłce nożnej. Trener 16-25., Czasopismo fachowe PZPN				
	Zwierko T., Florkiewicz B., Fogtman S., Kszak-Krzyżanowska A. (2014): The ability to maintain attention during visuomotor task performance in handball players and non-athletes. , 7 (3): 99–106., Centr Eur J Sport Sci Med				
	Oficjalne przepisy gry w koszykówkę, piłkę nożną, piłkę siatkową, piłkę ręczną				

**NAKŁAD PRACY STUDENTA**

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>35</b>	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>4</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>26</b>	
Studiowanie literatury	<b>30</b>	
Udział w konsultacjach	<b>25</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>30</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>25</b>	
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>175</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>7</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>teoria sportu (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_12N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	wiczenia	5	ZO	4
		wykład	10	E	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr JERZY IWI SKI</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr JERZY IWI SKI</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zdobycie wiedzy w zakresie zagadnie zwi zanych ze specyfik sportu, identyfikacji talentów sportowych, rodki, formy i metody treningowe Nabycie umiej tno ci pozwalaj cy na praktyczne zastosowanie teorii sportu. Nabycie kompetencji do działania w sposób zorganizowany i zaplanowany.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	<b>charakteryzuje i wyja nia, na czym polega specyfika szkolenia w sporcie dzieci i młodzie y</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>omawia wła ciwy dobór obci e szkoleniowych w sporcie w ró nych grupach wiekowych i ró nicuje trening sportowy od rekreacyjnych form aktywno ci fizycznej</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>wymienia i opisuje formy, metody i rodki stosowane w sporcie dzieci i młodzie y</b>	<b>K_W13</b>	
umiej tno ci	1	EP4	<b>porównuje i klasyfikuje kandydatów do uprawiania sportu</b>	<b>K_U11</b>	
	2	EP5	<b>ocenia i przewiduje rozwój młodego sportowca</b>	<b>K_U15</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>zachowuje ostro no przy kwalifikowaniu kandydatów do uprawiania okre lonych dyscyplin sportu</b>	<b>K_K02</b>	
	2	EP7	<b>jest kompetentny do poszukiwania adekwatnych do potrzeb grupy form wdra ania procesu szkoleniowego w ro nych grupach wiekowych</b>	<b>K_K06 K_K08</b>	
	3	EP8	<b>jest wiadomy konieczno ci ustawicznego doształcania si i samorozwoju</b>	<b>K_K10</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>teoria sportu</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Przedmiot nauki o sporcie. Wielopodmiotowo sportu - sport olimpijski, paraolimpijski, wyczynowy, amatorski, i profesjonalny.</b>				2	2
2. <b>Zasady, formy, rodki i metody treningu sportowego.</b>				2	2
3. <b>Struktura rzeczowa i czasowa treningu sportowego.</b>				2	2

4. Rodzaje zdolności motorycznych człowieka		2	2
5. Dobór i selekcja do sportu wyczynowego		2	2
Forma zajęć : <b>wiczenia</b>			
1. Rodzaje sprawności fizycznej i możliwości ich kontroli		2	3
2. Struktura szkolenia sportowego		2	1
3. Planowanie w sporcie		2	1
Metody kształcenia	Prezentacja multimedialna Praca pisemna Dyskusja		
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP7
	KOŁOKWIUM		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP7
	PREZENTACJA		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZECZ OBSERWACJAMI)		EP3,EP6,EP8
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie przedmiotu: Na podstawie ocen cząstkowych za prezentacje multimedialne -20 %, kolokwium- 30% (wiczenia), egzamin- 50% oceny końcowej (wykład)		
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu		
	Ocena końcowa z przedmiotu stanowi średnią arytmetyczną oceny końcowej z egzaminu i oceny końcowej z wiczeń.		
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia
	2	teoria sportu	
	2	teoria sportu [wykład]	egzamin
	2	teoria sportu [wiczenia]	zaliczenie z ocen
Literatura podstawowa	Gabryś T. (2004): Biomedyczne uwarunkowania treningu młodych sportowców., COS, Warszawa		
	Jagiello W. (2000): Przygotowanie fizyczne młodego sportowca., COS, Warszawa		
	Ulatowski T. (1992): Teoria sportu. Tom I i II, RCMS Fis, Warszawa		
Literatura uzupełniająca			
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>			
	Liczba godzin		
Zajęcia dydaktyczne	15		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		
Przygotowanie się do zajęć	23		
Studiowanie literatury	17		
Udział w konsultacjach	18		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	25		
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>		

# SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>teoria treningu sportowego (KIERUNKOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_18N</b>		
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 		
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	10	0	ZO	4
		wykład	15	0	E	
<b>Razem</b>			<b>25</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		dr ANNA IWI SKA				
Prowadz cy zaj cia:		dr ANNA IWI SKA				
Cele przedmiotu:		Pozyskanie wiedzy na temat treningu zdrowotnego przejawiaj cego si przede wszystkim w szeroko poj tej aktywno ci fizycznej i treningu sportowego.				
Wymagania wst pne:		Brak.				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	opisuje i wyja nia zjawiska zachodz cych zmian w organizmie człowieka pod wpływem obci e treningowych		K_W03 K_W04	
	2	EP2	zna zakresy, metody, formy i rodki treningowe dla poszczególnych etapów szkolenia		K_W05	
umiej tno ci	1	EP3	planuje program szkolenia sportowego na ró nych etapach rozwoju młodego zawodnika, uwzgl dniaj c cele sportowe oraz formy i metody kontroli		K_U02 K_U10	
	2	EP4	posiada umiej tno nawi zania porozumienia z podopiecznym podczas programu szkoleniowego		K_U03	
	3	EP5	umie zapobiega lub rozpozna stany przeci enia u zawodnika		K_U04	
	4	EP6	posiada umiej tno ci motywowania podopiecznego w czasie cyklu szkoleniowego		K_U07	
	5	EP7	posiada umiej tno ci z zakresu diagnostyki sportowej pozwalaj ce na optymalizacj cyklu szkoleniowego		K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP8	jest wiadom konieczno ci ustawicznego dokształcania si oraz wie kiedy zasi gn opinii bardziej do wiadczonych pracowników		K_K01	
	2	EP9	ma wiadomo odpowiedzialno ci za przebieg procesu treningowego u podopiecznych		K_K03	
	3	EP10	ma wiadomo konieczno ci wła ciwego werbalnego motywowania zawodnika		K_K06	
	4	EP11	jest gotów do działania w roli lidera		K_K08	
	5	EP12	jest wiadom konieczno ci dbania o własne zdrowie i kondycj fizyczn		K_K10	

TRE CI PROGRAMOWE		Semestr	Liczba godzin		
				w tym e-learning	
Przedmiot: <b>teoria treningu sportowego</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Obciążenia treningowe i ich kwalifikacja</b>		3	3		
2. <b>Kształtowanie zdolności motorycznych na poszczególnych etapach szkolenia, sport osób niepełnosprawnych, starszych i otyłych</b>		3	3		
3. <b>Metody, formy i rodzki stosowane w procesie treningowym</b>		3	3		
4. <b>Podstawy odnowy biologicznej i wspomagania w sporcie</b>		3	3		
5. <b>żywienie w sporcie i wspomaganie farmakologiczne, redukcja masy ciała</b>		3	3		
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. <b>Kontrola i samokontrola w sporcie</b>		3	5		
2. <b>Programowanie i planowanie treningu sportowego na różnych etapach szkolenia</b>		3	5		
Metody kształcenia	<b>Prezentacja multimedialna Przygotowanie projektu Praktyczne działania</b>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	<b>EGZAMIN PISEMNY</b>			<b>EP1,EP10,EP11,EP6,EP7,EP8</b>	
	<b>KOLOKWIUM</b>			<b>EP1,EP10,EP11,EP6,EP7,EP8</b>	
	<b>PREZENTACJA</b>			<b>EP1,EP10,EP11,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8</b>	
	<b>ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>			<b>EP1,EP10,EP11,EP12,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9</b>	
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie przedmiotu na podstawie ocen cząstkowych: prezentacja multimedialna-20 (wiczenia), kolokwium-30 (wiczenia), egzamin-50 procent oceny końcowej (wykład).</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Zaliczenie przedmiotu jest średni arytmetyczną oceny końcowej z wicze i egzaminu.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	teoria treningu sportowego		Arytmetyczna	
	3	teoria treningu sportowego [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	3	teoria treningu sportowego [wykład]	egzamin		
Literatura podstawowa	Barszowski P. (2000): Wspomaganie procesu treningowego, COS Warszawa				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego, AWF Wrocław				
	Platonów W. N. (1996): Adaptacja w sporcie, RCMS KFIS				
	Starosta W. (2003): Motoryczne zdolności koordynacyjne, Międzynarodowe Stowarzyszenie Motoryki Sportowej				
Literatura uzupełniająca	Celejowa I.(2008) (2008): żywienie w sporcie, PZWŁ, Warszawa				
	Kubica R. (1995): Podstawy fizjologii pracy i wydolności fizycznej., AWF Kraków				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej., PWN				



**NAKŁAD PRACY STUDENTA**

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	<b>25</b>	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie się do zajęć	<b>20</b>	
Studiowanie literatury	<b>25</b>	
Udział w konsultacjach	<b>8</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>20</b>	
<b>Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w grach zespołowych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_45N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalność:	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			Język przedmiotu: <b>semestr: 5 - j język polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	16	ZO	3
		wykład	6	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadzący zajęcia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		Celem modułu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodzącymi podczas treningu w sportach zespołowych. Znajomość wpływu wysiłku fizycznego, zmęczenia oraz mechanizmów warunkujących prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka. Umiejętności określania wydolności fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach zespołowych.			
Wymagania wstępne:		Znajomość fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególności znajomość funkcji narządów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zajęć z Fizjologii człowieka.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada podstawową wiedzę w zakresie reakcji fizjologicznych zachodzących w organizmie człowieka w różnym wieku podczas treningu sportowego	K_W01	
	2	EP2	dysponuje wiedzą w zakresie oceny wysiłku i wydolności fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu.	K_W03	
	3	EP3	zna i rozumie procesy zmęczenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady żywienia sportowca biorącgo udział w sporcie profesjonalnym bądź amatorskim.	K_W04	
	4	EP4	zna podstawowe funkcje organizmu na różnych poziomach organizacji, w tym także występujące podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywności fizycznej.	K_W05 K_W11	

umiej tno ci	1	EP5	posiada podstawowe umiej tno ci ruchowe pozwalaj ce na demonstracj przebiegu wybranych testów fizjologicznych adekwatnych do gier zespołowych	K_U01
	2	EP6	umie zastosowa praktycznie wiedz uzyskan z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiaj cych sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obci e treningowych	K_U04
	3	EP7	posiada umiej tno posługiwania si uznanymi zasadami, formami, rodkami i metodami w projektowaniu realizacji, i interpretacji bada na potrzeby diagnostyki sportowej	K_U10 K_U11
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanowa i zorganizowa badanie w zakresie fizjologiczne adekwatne do potrzeb zespołowych gier sportowych	K_U12 K_U14
	5	EP9	potrafi interpretowa wyniki i formułowa wnioski pozwalaj ce na opracowywanie ró nych form treningu na podstawie bada fizjologicznych adekwatnych do zespołowych gier sportowych	K_U15
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie oceni poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie fizjologii sportu i w razie konieczno ci zwróci si o pomoc	K_K01
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowi zuj cymi w badaniach diagnostycznych dotycz cych analiz fizjologicznych	K_K02
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny anga uje si w realizacj stawianych przed nim celów i zada .	K_K04
	4	EP13	jest wiadom konieczno ci ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu fizjologii sportu oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawno ci fizycznej	K_K10
	5	EP14	ma wiadomo istotno ci wdro enia wiadomo ci z zakresu fizjologii do treningu.	K_K07
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej w grach zespołowych				
Forma zaj : wykład				
1. Wydolno fizyczna			5	1
2. Energetyka wysiłków			5	1
3. Metody oceny wydolno ci fizycznej			5	1
4. Testy i próby wydolno ciowe w grach zespołowych			5	2
5. Zasady i bezpiecze stwo podczas bada fizjologicznych			5	1
Forma zaj : laboratorium				
1. Bezpo rednie metody pomiaru maksymalnego poboru tlenu w grach zespołowych			5	2
2. Kwas mlekowy i progi metaboliczne			5	2
3. Po rednie metody pomiaru maksymalnego poboru tlenu w grach zespołowych			5	2
4. Terenowe testy oceny wydolno ci w grach zespołowych			5	3
5. Laboratoryjne testy oceny wydolno ci w grach zespołowych			5	3
6. Testy wydolno ci beztlenowej w grach zespołowych			5	4
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zaj cia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacja multimedialn</li> </ul>			

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIUM</b>				EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9
	<b>PROJEKT</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> 1. Aktywne uczestnictwo we wszystkich zajęciach, stanowi 10% oceny końcowej 2. Zaliczenie praktyczno-teoretyczne, stanowi 20% oceny końcowej 3. Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grupę eksperymentu dotyczącego fizjologicznych podstaw treningu sportowego, stanowi 10% oceny końcowej 4. Kolokwium pisemne z wicze , stanowi 20% oceny końcowej  <b>Zaliczenie wykładu:</b> 5. Kolokwium pisemne obejmujące treści wykładów, stanowi 40% oceny końcowej				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-5 muszą być zaliczone na ocenę minimum dostateczną - ocena z zaliczenia może ulec podwyższeniu w zakresie 10-20% za aktywne wolontariackie studenta na zasadach określonych przez prowadzącego.</b> <b>Ocena końcowa jest średnią arytmetyczną oceny końcowej z wicze oraz wykładów.</b>				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w grach zespołowych		Arytmetyczna	
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w grach zespołowych [wykład]	zaliczenie z ocen		
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w grach zespołowych [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Górski J. (2011) (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego, PZWL				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka., AWF Wrocław.				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej, PWN				
Literatura uzupełniająca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zajęcia dydaktyczne			<b>22</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>2</b>		
Przygotowanie się do zajęć			<b>10</b>		
Studiowanie literatury			<b>8</b>		
Udział w konsultacjach			<b>5</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>10</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>18</b>		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: fizjologia wysiłku fizycznego [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w sportach indywidualnych (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_48N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalność:	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			Język przedmiotu: <b>semestr: 5 - j język polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	laboratorium	16	ZO	3
		wykład	6	ZO	
<b>Razem</b>			<b>22</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Prowadzący zajęcia:		<b>dr RAFAŁ BURYTA</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Celem modułu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodzącymi podczas treningu w sportach indywidualnych. Znajomość wpływu wysiłku fizycznego, zmęczenia oraz mechanizmów warunkujących prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka. Umiejętności określania wydolności fizycznej w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach indywidualnych.</p> <p>Nabywanie umiejętności określania wybranych parametrów fizjologicznych w celu wykorzystania podczas treningu sportowego w sportach indywidualnych.</p> <p>Nabywanie kompetencji pozwalających na gotowość do pracy z różnymi grupami społecznymi</p>			
Wymagania wstępne:		Znajomość fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególności znajomość funkcji narządów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zajęć z Fizjologii człowieka.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada podstawową wiedzę w zakresie reakcji fizjologicznych zachodzących w organizmie człowieka w różnym wieku podczas treningu sportowego.	K_W01	
	2	EP2	dysponuje wiedzą w zakresie oceny wysiłku i wydolności fizycznej, oraz metod wyznaczania progu przemian anaerobowych i jego zastosowania podczas treningu	K_W03	
	3	EP3	zna i rozumie procesy zmęczenia i wypoczynku, oraz podstawowe zasady żywienia sportowca biorącego udział w sporcie profesjonalnym bądź amatorskim.	K_W04	
	4	EP4	zna podstawowe funkcje organizmu na różnych poziomach organizacji, w tym także występujące podczas wysiłku fizycznego oraz negatywne i pozytywne skutki podejmowania aktywności fizycznej.	K_W05 K_W11	

umiejętności	1	EP5	posiada podstawowe umiejętności ruchowe pozwalające na demonstrację przebiegu wybranych testów fizjologicznych lub motorycznych	K_U01	
	2	EP6	umie zastosować praktycznie wiedzę uzyskaną z analiz fizjologicznych do charakterystyki osób uprawiających sport profesjonalny lub amatorski w celu ustalenia odpowiednich obciążeń treningowych	K_U04	
	3	EP7	posiada umiejętności posługiwania się instrumentarium stosownym w badaniach motorycznych i fizjologicznych oraz interpretacji danych zebranych podczas testów na potrzeby diagnostyki sportowej	K_U10 K_U11	
	4	EP8	potrafi samodzielnie oraz w zespole zaplanować i zorganizować badanie w zakresie fizjologii sportu	K_U12 K_U14	
	5	EP9	potrafi interpretować wyniki i formułować wnioski pozwalające na opracowywanie i indywidualizowanie różnych form treningu na podstawie badań fizjologicznych	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP10	potrafi krytycznie ocenić poziom swoich kwalifikacji i kompetencji zawodowych w zakresie fizjologii sportu i w razie konieczności zwrócić się o pomoc	K_K01	
	2	EP11	jest gotów do pracy zgodnie z normami i zasadami etycznymi obowiązującymi w badaniach diagnostycznych dotyczących analiz fizjologicznych i motorycznych	K_K02	
	3	EP12	samodzielnie i w zespołach w sposób odpowiedzialny angażuje się w realizację stawianych przed nim celów i zadań	K_K04	
	4	EP13	jest świadomy konieczności ustawicznego poszerzania swojej wiedzy z zakresu fizjologii sportu oraz jest zorientowany na utrzymanie własnej sprawności fizycznej	K_K10	
	5	EP14	ma wiadomo istotną rolę wdrożenia wiadomości z zakresu fizjologii do treningu.	K_K07	
<b>TRECI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej w sportach indywidualnych</b>					
Forma zajęć : <b>wykład</b>					
1. Wydolność fizyczna				5	1
2. Energetyka wysiłków				5	1
3. Metody oceny wydolności fizycznej				5	2
4. Testy i próby wydolnościowe w sportach indywidualnych				5	2
Forma zajęć : <b>laboratorium</b>					
1. Bezpośrednie metody pomiaru maksymalnego poboru tlenu w sportach indywidualnych				5	2
2. Kwas mlekowy i progi metaboliczne				5	3
3. Pośrednie metody pomiaru maksymalnego poboru tlenu w sportach indywidualnych				5	3
4. Terenowe testy oceny wydolności w sportach indywidualnych				5	3
5. Laboratoryjne testy oceny wydolności w sportach indywidualnych				5	3
6. Testy wydolności beztlenowej w sportach indywidualnych				5	2
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca w grupach</li> <li>- zajęcia praktyczne</li> <li>- wykład z prezentacją multimedialną</li> </ul>				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIUM</b>				EP1,EP10,EP2,EP3,EP4,EP6,EP8,EP9
	<b>PROJEKT</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>				EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP5,EP6,EP7,EP9
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> <b>Aktywne uczestnictwo we wszystkich zajęciach stanowi 10% oceny ko cowej</b> <b>Zaliczenie praktyczno-teoretyczne stanowi 20% oceny ko cowej</b> <b>Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grup eksperymentu dotycz cego fizjologicznych podstaw treningu sportowego stanowi 10% oceny ko cowej</b> <b>Kolokwium pisemne z wicze - stanowi 20% oceny ko cowej</b> <b>Zaliczenie wykładów:</b> <b>Kolokwium pisemne obejmuj ce tre ci wykładów- stanowi 40% oceny ko cowej</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena ko cowa jest redni wa on oceny z wicze (60%) oraz oceny z wykładów (40%)</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej w sportach indywidualnych		Wa ona	
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej w sportach indywidualnych [wykład]	zaliczenie z ocen		0,40
	5	testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej w sportach indywidualnych [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,60
Literatura podstawowa	Górski J. (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego., PZWL				
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF Wrocław				
	Ronikier A. (2008): Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka trenera.				
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej., PWN				
Literatura uzupełniają ca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise. Human Kinetics.				
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments. Human Kinetics.				
	Essentials of Strength Training and Conditioning. NSCA, Human Kinetics				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			<b>22</b>		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			<b>2</b>		
Przygotowanie się do zaj			<b>10</b>		
Studiowanie literatury			<b>8</b>		
Udział w konsultacjach			<b>5</b>		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			<b>10</b>		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			<b>18</b>		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>trening percepcji wzrokowej w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_49N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Poznanie uwarunkowa przetwarzania informacji wzrokowych w działaniach motorycznych oraz mo liwo ci doskonalenia funkcji percepcyjnych w treningu sportowym.</b> <b>Nabycie gotowo ci do pracy w zespole podczas dział a badawczych.</b> <b>Nabycie podstawowych umiej tno ci pracy badawczej zwi zanej z projektowaniem treningu percepcyjnego.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne funkcje procesów percepcji wzrokowej; zna i rozumie wpływ wysiłku fizycznego na modulacj sygnalu nerwowego na ro nym etapie przetwarzania bod ca wzrokowego.	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	Zna elementy mechanizmu percepcyjnego w działaniach motorycznych i jego uwarunkowa .	<b>K_W05</b>	
umiej tno ci	1	EP3	Posiada umiej tno obsługi aparatury badawczej z zakresu pomiaru wzrokowych funkcji percepcyjnych.	<b>K_U02</b>	
	2	EP4	Konstruuje program treningu percepcji wzrokowej w wybranych sportach indywidualnych i zespołowych	<b>K_U15</b>	
	3	EP5	Dobiera wła ciwie wiczenia doskonal ce sprawno wzrokowych procesów sensomotorycznych osób zró nicowanych wiekiem i stanem zdrowia.	<b>K_U09</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	Jest gotów do przestrzegania wła ciwych relacji z innymi podczas współpracy dotycz cej planowania i realizacji projektów.	<b>K_K03</b>	
	2	EP7	Jest gotów do propagowania wiedzy z zakresu wdra ania programów wicze doskonal cych funkcje percepcji wzrokowej w ród uczestników procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji.	<b>K_K06</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>trening percepcji wzrokowej w sporcie</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Wybrane zagadnienia z anatomii i fizjologii narz du wzroku.</b>				5	2



2. Mechanizmy przetwarzania informacji wzrokowej w działaniach motorycznych.		5	2		
3. Komponenty systemu percepcyjnego		5	1		
4. Diagnostyka układu wzrokowego		5	1		
5. System EyeTracking w działaniach motorycznych		5	2		
6. Quite Eye a osi gni cia sportowe		5	2		
Forma zaj : wiczenia					
1. Trening funkcji okulomotorycznych		5	1		
2. Trening percepcji wzrokowej w grach sportowych		5	1		
3. Trening percepcji wzrokowej w sportach indywidualnych		5	1		
4. Organizacja i prowadzenie zaj doskonal cych wybrane funkcje percepcji wzrokowej		5	2		
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusa		
	KOLOKWIUM		EP1,EP2		
	PROJEKT		EP3,EP4,EP5,EP6,EP7		
Forma i warunki zaliczenia	<p>Zaliczenie wicze :</p> <p>1. Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach</p> <p>2. Ocena projektu grupowego, w którym nale y przygotowa program wicze doskonal cych percepcj wzrokow w wybranej dyscyplinie sportu przy wykorzystaniu wla ciwych metod - ocena projektu stanowi 30% oceny ko cowej.</p> <p>Zaliczenie wykładów:</p> <p>3. Kolokwium pisemne (pytania wymagaj ce dl u szej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologi oraz poj cia z zakresu wzrokowych procesow sensomotorycznych) - ocena stanowi 70% oceny ko cowej z przedmiotu.</p>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena ko cowa: 30% ocena z wicze i 70% ocena z kolokwium pisemnego.				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	5	trening percepcji wzrokowej w sporcie		Wag ona	
	5	trening percepcji wzrokowej w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
	5	trening percepcji wzrokowej w sporcie [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,30
Literatura podstawowa	Zwierko T. (2011): Przebieg procesów sensomotorycznych i funkcji bioelektrycznej układu wzrokowego pod wpływem zwi kszania intensywno ci wysiłku fizycznego u młodych aktywnych ruchowo m czyzn, Uniwersytet Szczeci ski,				
	Zwierko T. [red] (2016): Percepcja wzrokowa w grach sportowych. Podstawy teoretyczne i implikacje praktyczne,, Uniwersytet Szczeci ski				

Literatura uzupełniająca	Jedziniak W., Lesiakowski P., Zwierko T. (2020): Oculomotor Control in Amputee Soccer Players, <i>Adapted Physical Activity Quarterly</i> , 37 (1), 41–55
	Lesiakowski P., Lubiński W., Zwierko T. (2018): Evoked potentials in diagnosis of visual dysfunction in amateur boxers, <i>The Physician and Sportsmedicine</i> , 46, (4), 449–459
	Zwierko T., Puchalska–Niedbał L., Krzepota J, Markiewicz M. Woźniak J., Lubiński W. (2015): The effects of sports vision training on binocular vision function in female university athletes., <i>Journal of Human Kinetics</i> , 49, 287-296.
	Zwierko T., Jedziniak W., Florkiewicz B., Stępiński M., Buryta R., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Popowczak M., Woźniak J. (2019): Oculomotor dynamics in skilled soccer players: The effects of sport expertise and strenuous physical effort, <i>European Journal of Sport Science</i>
	Zwierko T., Lubiński W., Lesiakowski P., Steciuk H., Piasecki L., Krzepota J. (2014): Does athletic training in volleyball modulate the components of visual evoked potentials? A preliminary investigation. , <i>Journal of Sports Sciences</i> , 32(16), 1519-1528
	Zwierko T., Lubiński W., Lubkowska A., Niechwiej-Szwedo E., Czepita D. (2011): The effect of progressively increased physical efforts on visual evoked potentials in volleyball players and non-athletes., <i>Journal of Sports Sciences</i> , 29(14), 1563-1572.
	Zwierko T., Popowczak M., Woźniak J., Rokita A. (2018): Visual control in basketball shooting under exertion conditions, <i>The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness</i> , 58(10):1544-53

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	15
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4
Przygotowanie się do zajęć	15
Studiowanie literatury	10
Udział w konsultacjach	10
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	15
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	6
<b>Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: kinezylogia [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>trening sensomotoryczny (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2986_54N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 5 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr hab. TERESA ZWIERKO</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Poznanie programów doskonalenia funkcji sensomotorycznych u sportowców i osób nietrenuj cych</b>  <b>Nabywanie umiej tno ci pracy badawczej w zespole</b> <b>Nabywanie kompetencji do pracy z ró nymi grupami społecznymi</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Charakteryzuje psycho-neuro-fizjologiczne reakcje ludzkiego organizmu w przebiegu procesów sensomotorycznych w spoczynku oraz w warunkach podejmowania wysiłku fizycznego	K_W01	
	2	EP2	Zna elementy mechanizmu sensomotorycznego i jego uwarunkowa podczas diagnostyki czynno ci ruchowych	K_W13	
umiej tno ci	1	EP3	Obsługuje aparatur badawcz z zakresu pomiaru sprawno ci sensomotorycznej.	K_U02	
	2	EP4	Potrafi interpretowa wyniki diagnozy procesów sensomotorycznych w charakterystyce uczestników aktywno ci sportowej.	K_U10	
	3	EP5	Dobiera wła ciwie wiczenia doskonal ce sprawno sensomotorycznych osób zró nicowanych wiekiem i stanem zdrowia.	K_U09	
	4	EP6	Potrafi wła ciwie opracowa program treningu sensomotorycznego dla wybranych grup zawodników	K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP7	Jest gotów do wdra nia norm i zasad etycznych podczas współpracy dotycz cej planowania i realizacji projektów.	K_K02	
	2	EP8	Jest gotów do propagowania wiedzy z zakresu wdra nia programów wicze doskonal cych funkcje sensomotoryczne w ród uczestników procesu szkolenia w sporcie i w rekreacji.	K_K06	

TRE CI PROGRAMOWE		Semestr	Liczba godzin		
Przedmiot: <b>trening sensomotoryczny</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. System sensomotoryczny jako podstawa zachowa ruchowych człowieka		5	2		
2. Mechanizmy organizacji przebiegu informacji w procesach sensomotorycznych		5	2		
3. Metody w ocenie efektywności przebiegu procesów sensomotorycznych.		5	1		
4. Sprawność funkcji sensomotorycznych u sportowców i osób nietreningujących		5	2		
5. Sprawność funkcji sensomotorycznych u osób z różnymi stanami zdrowia.		5	2		
6. Wpływ zmęczenia na przebieg procesów sensomotorycznych		5	1		
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Trening szybkości reakcji motorycznej		5	1		
2. Trening propriocepcji		5	1		
3. Trening percepcji wzrokowej		5	1		
4. Organizacja i prowadzenie zajęć doskonalących wybrane funkcje sensomotoryczne		5	2		
Metody kształcenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykład konwersatoryjny</li> <li>- metody poszukujące: problemowe, wiczeniowo-praktyczne</li> <li>- metody oparte na obserwacji i pomiarze</li> <li>- dyskusja</li> </ul>				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	KOLOKWIMUM		EP1,EP2		
	PROJEKT		EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8		
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze</b> 1. Obecność i czynne uczestnictwo we wszystkich wiczeniach. 2. Ocena projektu grupowego, w którym należy przygotować program wicze doskonalących wybrane funkcje sensomotoryczne w sporcie przy wykorzystaniu właściwych metod - ocena projektu stanowi 30% oceny końcowej. <b>Zaliczenie wykładów:</b> 3. Kolokwium pisemne (pytania wymagające dłuższej wypowiedzi pisemnej zawierającej terminologię oraz pojęcia z zakresu procesów sensomotorycznych) - ocena za prezentację stanowi 70% oceny końcowej z przedmiotu				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena końcowa:</b> 1. Projekt realizowany w ramach wicze - 30% 2. Kolokwium - 70%				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obliczenia oceny	Waga do redniej
	5	trening sensomotoryczny		Ważona	
	5	trening sensomotoryczny [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,30
	5	trening sensomotoryczny [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
Literatura podstawowa	Raczek J., Mynarski W., Ljach W. (2002): Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych., Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach,				
	Scott M.L., Riemann B.L., Freddie H.F. (2000): Introduction to the sensorimotor system, w: Proprioception and neuromuscular control in joint stability, red. M. L. Scott, H., F. Freddie, Human Kinetics				
	Zwierko T. (2011): Przebieg procesów sensomotorycznych i funkcji bioelektrycznej układu wzrokowego pod wpływem zwiększenia intensywności wysiłku fizycznego u młodych aktywnych ruchowo mężczyzn, Uniwersytet Szczeciński				
	Zwierko T. [red] (2016): Percepcja wzrokowa w grach sportowych. Podstawy teoretyczne i implikacje praktyczne, Uniwersytet Szczeciński				

Literatura uzupełniająca	Florkiewicz B., Fogtman S., Lesiakowski P., Zwierko T. (2015): The effect of visual perception training on sensorimotor function in handball players, <i>Antropomotoryka. Journal of Kinesiology and Exercise Sciences</i> , 69 (25), 21-28
	Lesiakowski P., Krzepota J., Zwierko T. (2017): The Differentiation of Visual Sensorimotor Processes in the Representatives of Various Sport Disciplines. , <i>Central European Journal of Sport Sciences and Medicine</i> , 19 (3), 43–53
	Zwierko T., Jedziniak W., Florkiewicz B., St pi ski M., Buryta R., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Popowczak M., Wo niak J. (2019): Oculomotor dynamics in skilled soccer players: The effects of sport expertise and strenuous physical effort, <i>European Journal of Sport Science</i>
	Zwierko T., Jedziniak W., Florkiewicz B., St pi ski M., Buryta R., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Popowczak M., Wo niak J. (2019): Oculomotor dynamics in skilled soccer players: The effects of sport expertise and strenuous physical effort, <i>European Journal of Sport Science</i> , 19(5), 612-620
	Zwierko T, W sik J. (2019): Exercise-induced fatigue impairs visuomotor adaptability in physical education students, <i>Physical education of students</i> ,23(6), 327–333

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zaj cia dydaktyczne	15
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4
Przygotowanie si do zaj	15
Studiowanie literatury	10
Udział w konsultacjach	10
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	15
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	6
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł B: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>urazowo w sporcie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_58N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr KRZYSZTOF WILK</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Celem zaj jest przekazanie studentom wiedzy w zakresie podstaw diagnostyki i leczenia urazów sportowych oraz podstawowych zasad fizjologii treningu sportowego.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo podstawowej wiedzy w zakresie anatomii, fizjologii i biomechaniki organizmu ludzkiego</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>posiada wiedz w zakresie zmian zachodz cych w organizmie pod wpływem wysiłku fizycznego</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP3	<b>posiada wiedz w zakresie rozpoznawania i oddziaływanie negatywnych czynników rodowiska na organizm człowieka</b>	<b>K_W06</b>	
umiej tno ci	1	EP5	<b>potrafi dokona analizy czynników zagra aj cych zdrowiu, wpływaj cych na pogorszenie stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej i psychicznej</b>	<b>K_U07</b>	
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>jest gotów do poszukiwania powi za pomi dzy rodzajem dyscypliny sportowej a rozwijaj cym si zaburzeniami narz du ruchu</b>	<b>K_K07</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>urazowo w sporcie</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Wypadki i urazy w sporcie ? definicje i epidemiologia.</b>				6	2
2. <b>Metody diagnostyki aparatu ruchu. Standardy post powania w przypadku urazów tkanek mi kkich (RICE, PRICE).</b>				6	3
3. <b>Profilaktyka pierwotna i wtórna. 10 przykaza w sporcie i rekreacji. Rodzaje i etapy leczenia.</b>				6	3
4. <b>Przyczyny urazów i sposoby ich eliminowania. Ocena i podejmowanie ryzyka.</b>				6	2
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. <b>Ogólne zasady post powania w urazach sportowych, pierwsza pomoc w urazach sportowych, metoda PRICE MM oraz Flossing jako forma terapii i treningu</b>				6	3
2. <b>Stretching, elementy rolowania - zaj cia praktyczne</b>				6	2

Metody kształcenia	<b>Wykład: Wykład z prezentacją multimedialną</b> wyczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zajęć, zajęcia praktyczne, rozwiązywanie zadań problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z książką, analiza i przegląd tematyczny literatury-przygotowanie zajęć na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	<b>KOLOKWIMUM</b>				<b>EP1,EP3,EP5</b>
	<b>SPRAWDZIAN</b>				<b>EP1,EP3</b>
	<b>PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA</b>				<b>EP1,EP3,EP5</b>
	<b>PROJEKT</b>				<b>EP1,EP3,EP5</b>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)</b>				<b>EP1,EP3,EP5,EP6</b>	
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie końcowe obejmuje - pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium końcowego z wykładów oraz pozytywne zaliczenie ćwiczeń: wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
<b>Ocena końcowa jest średnią arytmetyczną oceny końcowej z ćwiczeń oraz wykładów.</b>					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	urazowo w sporcie		Arytmetyczna	
	6	urazowo w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	urazowo w sporcie [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing London.				
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa.				
	Dziak A. (2002): Urazy i uszkodzenia w sporcie,, Kasper, Kraków.				
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.				
	Jager A., Krawczyk J. (2012): Wybrane zagadnienia z medycyny sportowej, PZWL, Warszawa.				
	Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2005): Medycyna sportowa, Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej, Warszawa.				
	Karczewski J. (2008): Higiena., Czelej, Lublin				
	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa.				
	Kasprzak W., Małkowska A. (2008): Fizykoterapia medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL Warszawa				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków.				
	Mioda M. (2004): Medycyna sportowa Medsportpress, Warszawa.				
	Mieczkowski T (red.) (2001): Dodatnie i ujemne aspekty aktywności ruchowej, IKF US.				
	Wojnarowska B. (2008): Edukacja zdrowotna,, PWN Warszawa				

Literatura uzupełniająca	Celejowa I. (2001): Wyżenie w treningu i walce sportowej, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa.
	Górski J. (2002): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego wyd. 2, Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
	Hübner-Woniak E., Lutosławska G. (2000): Podstawy biochemii wysiłku fizycznego, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa.
	Krzystyniak K. L. (2009): Odnowa biologiczna w sporcie i profilaktyce zdrowotnej, Wydawnictwo PPWSZ, Nowy Targ.
	Magiera L., Walaszek R. (2007): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej,, Wydawnictwo Biosport, Kraków.
	Ronikier A. (2001): Fizjologia sportu, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa.
	Siero A., Stanek A., Cieła G. (red.) (2013): Wellness SPA Anti-Aging, , Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa.
	Tomaszewski W. (red.) (2001): Odżywki i preparaty wspomagające w sporcie, Wydawnictwo MEDSPORTPRESS, Warszawa.
	Zajac A., Zydek G., Michalczyk M., Poprzeczki S., Czuba M., Goła A., Boruta-Gojny B. (2014): Wyżenie i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych, wyd. 1, Katowice.

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zajęcia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie się do zajęć	<b>20</b>
Studiowanie literatury	<b>23</b>
Udział w konsultacjach	<b>5</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Łączny nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>witaminy i mikroelementy w diecie sportowca (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_63N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<p>Wprowadzenie studentów w tematyk zasad ywienia sportowców uprawiaj cych ró ne dyscypliny sportu. Zapoznanie studentów z wpływem suplementów, od ywek i innych rodków na podwy szenie sprawno ci i poprawienie wydolno ci organizmu.</p> <p>Zapoznanie studentów z aktualnymi przepisami dotycz cymi suplementów diety.</p> <p>Zapoznanie studentów z mo liwymi interakcjami pomi dzy składnikami ywno ci a suplementami diety.</p>			
Wymagania wst pne:		<p>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem.</p>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania.	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.	<b>K_W04</b>	
	4	EP4	posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie	<b>K_W06</b>	
	5	EP5	zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.	<b>K_W07</b>	

umiej tno ci	1	EP6	student potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet a wysi kiem fizycznym. potrafi analizowa , interpretowa przemiany biochemiczne zachodz ce w organizmie os b aktywnych fizycznie.	K_U02
	2	EP7	potrafi formu lowa opinie dotycz ce zachowa ywieniowych os b aktywnych fizycznie.	K_U03
	3	EP8	m owi o zagadnieniach zwi zanych z ywieniem w sporcie zrozumia łym j zykiem, stosuj c poprawn nomenklatur .	K_U03
	4	EP9	planuje i wdra a odpowiednie post powanie ywieniowe uwzgl dniaj c okre lony cel i mo liwo ci.	K_U11
	5	EP10	potrafi wskaza b ł dy i zaniedbania ywieniowe	K_U13
	6	EP11	wykazuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezbd nych danych w literaturze.	K_U15
kompetencje spo łeczne	1	EP12	ma wiadomo swojej roli w ksztaltowaniu prawid łowych nawyk w ywieniowych i stosowaniu prawid łowej i bezpiecznej suplementacji u os b aktywnych fizycznie.	K_K05
	2	EP13	ma wiadomo roli prawid łowego ywienia cz łowieka poddanego wysi kowi fizycznemu	K_K05
	3	EP14	ma wiadomo konieczno ci stosowania wiedzy na temat zdrowiej wiedzy w praktyce trenerskiej	K_K07
	4	EP15	.student rozumie potrzeb dalszego ksztalcenia si w zakresie zasad prawid łowego ywienia.	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: witaminy i mikroelementy w diecie sportowca				
Forma zaj : wykład				
1. Charakterystyka witamin rozpuszczalnych w wodzie			6	2
2. Charakterystyka witamin rozpuszczalnych w t łuszczach			6	2
3. Gospodarka wodna w organizmie			6	2
4. Sk ładniki nieorganiczne dost pne w po ywieniu (makro- i mikroelementy)			6	2
5. Od ywki i napoje izotoniczne w praktyce sportowej			6	2
Forma zaj : wiczenia				
1. Bilans wodny sportowca w zale no ci od uprawianej dyscypliny sportowej			6	2
2. Kryteria doboru od ywek i napoi izotonicznych na przyk ładzie wybranych dyscyplin sportowych			6	2
3. Hipo-, hiper- i awitaminozy w praktyce sportowej			6	1
Metody ksztalcenia	wykład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna			
Metody weryfikacji efekt w uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu
	KOLOKWIUM			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9
	PREZENTACJA			EP10,EP11,EP13,EP15,EP2,EP4
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze : obecno , aktywno i przygotowanie oraz wygłoszenie prezentacji. Zaliczenie wykładów: kolokwium pisemne z tre ci wykładów.</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocena ko cowa z ka dego przedmiotu jest wystawiana w stosunku 1:1 oceny z ko cowej z wicze i z wykładów</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	witaminy i mikroelementy w diecie sportowca		Arytmetyczna	
	6	witaminy i mikroelementy w diecie sportowca [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	witaminy i mikroelementy w diecie sportowca [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice,				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych.				
Literatura uzupełniają ca	Benardot D. , 2012 (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
			Liczba godzin		
Zaj cia dydaktyczne			15		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		
Przygotowanie si do zaj			20		
Studiowanie literatury			23		
Udział w konsultacjach			5		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia			10		
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>			<b>75</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>			<b>3</b>		

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>wybrane zagadnienia z biologii człowieka (PODSTAWOWE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2979_3N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 1 - j zyk polski</b>		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	wiczenia	6	ZO	5
		wykład	8	ZO	
<b>Razem</b>			<b>14</b>		<b>5</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. <b>KATARZYNA KLAPCZY SKA</b>			
Prowadz cy zaj cia:					
Cele przedmiotu:		<b>Uzupełnienie i poszerzenie wiedzy biologicznych mechanizmów zachodz cych w ontogenezie.</b> <b>Nabywanie wiedzy w zakresie podstaw cytologii i histologii człowieka</b> <b>Nabywanie umiej tno ci powi zania funkcjonalnego na ró nych szczeblach organizacji organizmu człowieka</b> <b>Nabywanie kompetencja w zakresie działań etycznych</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Brak</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
<b>Kategoria</b>	<b>Lp</b>	<b>KOD</b>	<b>Opis efektu</b>	<b>Odniesienie do efektów dla programu</b>	
wiedza	1	EP1	student ma wiedze na temat budowy i funkcjonowania komórki eukariotycznej oraz wy szych poziomów organizacji organizmu człowieka	<b>K_W04</b>	
	2	EP2	student rozumie zale no ci zachodz ce pomi dzy człowiekiem i rodowiskiem jego ycia oraz prawidłowo ocenia wpływ człowieka na rodowisko	<b>K_W06</b>	
umiej tno ci	1	EP3	student potrafi oceni podstawowe wła ciwo ci biochemiczne i i fizjologiczne zwi zane z funkcjonowaniem organizmu człowieka	<b>K_U02</b>	
	2	EP4	student rozwi zuje problemy biologiczne samodzielnie i w zespole	<b>K_U14</b>	
kompetencje społeczne	1	EP5	student posiada kompetencje do anga owania si w biologiczne projekty edukacyjne realizowane w lokalnej społeczno ci	<b>K_K09</b>	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>wybrane zagadnienia z biologii człowieka</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. <b>Biologia komórki człowieka.</b>				1	3
2. <b>Podstawy histologii.</b>				1	3
3. <b>Główne układy narz dowe w organizmie człowieka.</b>				1	2
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. <b>Wprowadzenie do technik mikroskopowych wykorzystywanych w cytologii i histologii</b>				1	2
2. <b>Etapy badania histologicznego. Podstawowe techniki badawcze.</b>				1	2

3. Podstawy biologii rozwoju człowieka.		1	2		
Metody kształcenia	Wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych., wiczenia prowadzone metod pracy w grupach., Rozwijanie problemów związanych z prac nad zadaniami.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	KOŁOKWIUM		EP1,EP2,EP3		
	ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )		EP4,EP5		
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników kolokwium, obejmującego wiedzę z wykładów oraz zalecanej literatury. Zaliczenie wicze : na podstawie aktywności na wiczeniach i wyników kolokwium.				
	W okresie nauczania hybrydowego lub wyłącznie nauczania zdalnego nastąpi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na następujące wymogi: Zaliczenie wykładów: na podstawie wyników kolokwium, obejmującego wiedzę z wykładów oraz zalecanej literatury w formie testu wyboru. Zaliczenie wicze : na podstawie aktywności na wiczeniach i wyników kolokwium w formie testu wyboru.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
<b>Ocena końcowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny końcowej z wicze i oceny z kolokwium w stosunku 1:1.</b>					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	wybrane zagadnienia z biologii człowieka		Arytmetyczna	
	1	wybrane zagadnienia z biologii człowieka [wykład]	zaliczenie z ocen		
	1	wybrane zagadnienia z biologii człowieka [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Fogt-Wyrwas R. i wsp. (2013): Podstawy biologii człowieka. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	Sawicki W (2014): Histologia , Wydawnictwo PZWL, Warszawa				
	Traczyk W. (2013): Fizjologia człowieka w zarysie., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	Bruce A. i wsp. (2016): Podstawy biologii komórki 2., Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	Lewis J. i wsp. (2016): Podstawy biologii komórki 1. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	Wolański N. R (2012): Rozwój biologiczny człowieka., Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
Zajcia dydaktyczne		14			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		2			
Przygotowanie się do zaj		30			
Studiowanie literatury		30			
Udział w konsultacjach		13			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		15			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		21			
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>		<b>125</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		<b>5</b>			

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł A: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>wybrane zagadnienia z metabolizmu człowieka (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_29N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	10	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>20</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>Zapoznanie si z podstawowymi metodami biochemicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych</b>				
Wymagania wst pne:		<b>Znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce do stanów chorobowych człowieka			K_W02 K_W04
	2	EP2	omawia biochemiczne aspekty wybranych zmian profili narz dowych pod wpływem stałego wysiłku fizycznego			K_W13
umiej tno ci	1	EP3	wykazuje umiej tno poprawnego rozpoznawania ró nych stanów chorobowych i zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada			K_U10 K_U14
	2	EP4	wykonuje analizy biochemiczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce laboratoryjnej pod kierunkiem opiekuna naukowego			K_U02
	3	EP5	umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych			K_U05
kompetencje społeczne	1	EP6	potrafi współdziała i pracowa w grupie			K_K05
	2	EP7	aktualizuje swój wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego			K_K01
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>wybrane zagadnienia z metabolizmu człowieka</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. <b>Poj cie metabolizmu i ró dła energii w komórkach.</b>					3	1
2. <b>ró dła energii w komórkach. Integracja przemian po rednich metabolizmu energetycznego komórek.</b>					3	2

3. Elementy przemian po rednich: tlenowe i beztlenowe drogi resyntezy ATP w wysiłku fizycznym. Elementy przemian po rednich: glikogen mi niowy jako najwa niejszy i najlepszy substrat dla intensywnego wysiłku tlenowego.		3	3		
4. Rola witamin w metabolizmie człowieka		3	1		
5. Rola hormonów w przeka nictwie sygnałów i integracji metabolizmu podczas wysiłku fizycznego.		3	1		
6. Stres oksydacyjny - poj cie stresu oksydacyjnego i rola w wysiłku fizycznym.		3	1		
7. Regeneracja mi ni szkieletowych.		3	1		
Forma zaj : laboratorium					
1. Zasady pracy w laboratorium. Gospodarka wodna w organizmie.		3	1		
2. Procesy energetyczne w organizmie: białka jako substrat energetyczny mi ni.		3	3		
3. Procesy energetyczne w organizmie. Wyznaczenie indywidualnego zapotrzebowania dobowego na energi przy pomocy ró nych metod.		3	1		
4. Witaminy - charakterystyka i rola w wysiłku fizycznym. Oznaczanie witaminy C w moczu. Minerale - charakterystyka i rola w wysiłku fizycznym.		3	1		
5. Substancje antyod ywcze i dodatkowe w ywno ci. Znaczenie terapii probiotycznych w sporcie.		3	1		
6. Wolne rodniki - ró dła. Reakcje wytwarzania wolnych rodników, czynniki aktywuj ce stres oksydacyjny i jego znaczenie biologiczne. Wolne rodniki - mechanizmy obronne. Wyznaczanie zawarto ci polifenoli ogólem w produktach ywno ciowych		3	2		
7. Działanie toksyczne wybranych substancji. Podsumowanie wicze .		3	1		
Metody kształcenia	pracy w grupach ( wiczenia), wykonywanie do wiadcze laboratoryjnych ( wiczenia), prezentacja audiowizualna (wykłady)				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP7	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP2,EP4,EP5,EP6	
Forma i warunki zaliczenia	Kolokwium pisemne obejmuje wiedz z wykładów (70% oceny ko cowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecno ci, aktywno ci sprawozda z wykonanych do wiadcze (30% oceny ko cowej).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	wybrane zagadnienia z metabolizmu człowieka		Wa ona	
	3	wybrane zagadnienia z metabolizmu człowieka [laboratorium]	zaliczenie z ocen		0,30
	3	wybrane zagadnienia z metabolizmu człowieka [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
Literatura podstawowa	Banfi G., Colombini A., Lombardi G., Lubkowska A. M (2012): Metabolic markers in sports medicine, Adv Clin Chem 56: 1–54,				
	Dembi ska-Kie A., Naskalski J. W. (2017): Diagnostyka laboratoryjna z elementami biochemii klinicznej. , Urban & Partner, Wrocław				
Literatura uzupełniaj ca	Chamera T., Spieszny M., Klocek T., Kostrzewa-Nowak D., Nowak R., Lachowicz M., Buryta R., Ci szczyk P. (2014): Could biochemical liver profile help to assess metabolic response to aerobic effort in athletes? , Journal of Strength and Conditioning Research 28, 2180–2186				
	Dudzi ska W., Hły czak A. J. (2008): wiczenia z biochemii klinicznej. W, Wydawnictwo Naukowe US. , Szczecin				
	Tomaszewski J. (2001): Diagnostyka laboratoryjna. , Wydawnictwo Lekarskie PZWL. , Warszawa				
<b>NAKLAD PRACY STUDENTA</b>					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne		<b>20</b>			

Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>	
Przygotowanie si do zaj	<b>30</b>	
Studiowanie literatury	<b>5</b>	
Udział w konsultacjach	<b>10</b>	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>	
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>33</b>	
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>						
Moduł: <b>Moduł B: diagnostyka laboratoryjna [moduł]</b>						
Nazwa przedmiotu: <b>zarys immunologii (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>					Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_33N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>						
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>			Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>				J zyk przedmiotu: <b>semestr: 3 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	laboratorium	10	0	ZO	4
		wykład	10	0	ZO	
<b>Razem</b>			<b>20</b>			<b>4</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr DOROTA KOSTRZEWA-NOWAK</b>				
Cele przedmiotu:		<b>zapoznanie si z podstawowymi metodami biochemicznymi wykorzystywanymi w sportowej diagnostyce laboratoryjnej do oceny stanu zdrowia zawodnika i rozpoznawania wybranych stanów chorobowych nabycie umiej tno ci pracy laboratoryjnej pozyskanie kompetencji pozwalaj cych na krytyczn ocen swojego do wiadczenia laboratoryjnego</b>				
Wymagania wst pne:		<b>znajomo biochemii i fizjologii człowieka w zakresie podstawnym</b>				
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	<b>opisuje najcz ciej wyst puj ce zaburzenia prowadz ce metaboliczne i zmiany powysiłkowe na poziomie immunologii człowieka</b>			<b>K_W02 K_W04</b>
	2	EP2	<b>omawia immunologiczne aspekty wybranych zmian markerów diagnostyki laboratoryjnej pod wpływem stałego wysiłku fizycznego</b>			<b>K_W13</b>
umiej tno ci	1	EP3	<b>wykazuje umiej tno poprawnego rozpoznawania immunologicznych i zmian powysiłkowych na podstawie uzyskanych wyników bada</b>			<b>K_U10 K_U14</b>
	2	EP4	<b>wykonuje analizy biochemiczne najcz ciej wykorzystywane w diagnostyce laboratoryjnej pod kierunkiem opiekuna naukowego</b>			<b>K_U02</b>
	3	EP5	<b>umie przygotowa dobrze udokumentowane opracowanie wyników bada eksperymentalnych</b>			<b>K_U05</b>
kompetencje społeczne	1	EP6	<b>jest gotów do współdziałania i pracy w grupie</b>			<b>K_K05</b>
	2	EP7	<b>aktualizuje swoj wiedz i ma wiadomo jej znaczenia praktycznego</b>			<b>K_K01</b>
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>					Semestr	Liczba godzin
						w tym e-learning
Przedmiot: <b>zarys immunologii</b>						
Forma zaj : <b>wykład</b>						
1. 1. <b>Główne komponenty i cechy odpowiedzi immunologicznej.</b>					3	2

2. 2.	Charakterystyka komórek układu odpornościowego.	3	2	
3. 3.	Rola przeciwciał w odpowiedzi immunologicznej	3	2	
4. 4.	Cytokiny i chemokiny	3	2	
5. 5.	Psychoneuroimmunologia.	3	2	
Forma zajęć : laboratorium				
1. 1.	Metody badań w immunologicznych.	3	2	
2. 2.	Cytometria przepływowa i testy ELISA.	3	4	
3. 3.	Immunologia wysiłku fizycznego.	3	3	
4. 4.	Podsumowanie wicze	3	1	
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna (wykłady) praca w grupach ( wiczenia) wykonywanie do wiadomości laboratoryjnych ( wiczenia)			
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM			EP1,EP2,EP3
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP4,EP5,EP6,EP7
Forma i warunki zaliczenia	Kolokwium pisemne obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności, sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
Metoda obliczania oceny końcowej	Kolokwium pisemne obejmuje wiedzę z wykładów (70% oceny końcowej). Zaliczenie wicze na podstawie obecności, aktywności, sprawozdania z wykonanych do wiadomości (30% oceny końcowej).			
	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obliczenia oceny
	3	zarys immunologii		Waga do redniej
	3	zarys immunologii [wykład]	zaliczenie z ocen	0,70
3	zarys immunologii [laboratorium]	zaliczenie z ocen	0,30	
Literatura podstawowa	Jakóbiński M., Stokłosa T., Lasek W., Gołb J. (2012): Immunologia, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa			
Literatura uzupełniająca	Kostrzewa-Nowak D (2018): Ocena powysiłkowych zmian wybranych subpopulacji limfocytów krwi obwodowej oraz niektórych cytokin osoczowych u piłkarzy różnych kategorii wiekowych, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin			
	Kostrzewa-Nowak D, Nowak R (2018): Analysis of selected T cell subsets in peripheral blood after exhaustive effort among elite soccer players, Biochem Med (Zagreb), Zagreb			
	Nowak R (2019): Wysiłek progresywny jako czynnik wpływający na sekrecję wybranych cytokin oraz indukcję i egzekucję apoptozy limfocytów T u piłkarzy różnych, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin			
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>				
		Liczba godzin		
		W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	<b>20</b>			
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>			
Przygotowanie się do zajęć	<b>30</b>			
Studiowanie literatury	<b>5</b>			
Udział w konsultacjach	<b>10</b>			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>33</b>			

<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>100</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>zarządzanie projektami badawczymi (OGÓLNOUCZELNIANE)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2980_10N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>obowi zkowy</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 2 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	wiczenia	5	ZO	2
		wykład	5	ZO	
<b>Razem</b>			<b>10</b>		<b>2</b>
Koordynator przedmiotu:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA			
Prowadz cy zaj cia:		dr n. med. ANNA NOWAKOWSKA			
Cele przedmiotu:		Zapoznanie si z zasadami zarz dzania projektami badawczymi. Nabycie umiej tno ci wyszukiwania informacji o ródlach finansowania projektów badawczych.			
Wymagania wst pne:		Brak.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	student ma wiedz , na czym polega sztuka zarz dzania projektami badawczymi	K_W12	
	2	EP2	student wie, jak pozyskiwa fundusze na badania naukowe, w tym aplikacyjne z zakresu diagnostyki sportowej	K_W12	
	3	EP3	student zna i rozumie poj cia i zasady dotycz ce ochrony własno ci intelektualnej i patentowej; rozumie konieczno zarz dzania tymi zasobami	K_W14	
umiej tno ci	1	EP4	student umie opracowa podstawowe elementy projektu badawczego	K_U14	
	2	EP5	student umie przeprowadzi analiz niektórych obszarów projektu i zaproponowa odpowiednie działania kontrolne i zarz dcze	K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP6	student potrafi działa w zespole w roli lidera, jak równie człönka zespołu, potrafi organizowa i rozdziela prac w grupie; przestrzega i wywi zuje si z poczynionych ustale	K_K06 K_K08	
<b>TRE CI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>zarządzanie projektami badawczymi</b>					
Forma zaj : <b>wykład</b>					
1. Podstawy zarz dzania projektami				2	2
2. Specyfika projektów badawczych. Wsparcie instytucjonalne w zarz dzaniu projektami badawczymi.				2	1
3. Finansowanie bada i innowacji w Polsce.				2	1
4. Komercjalizacja wyników bada .				2	1
Forma zaj : <b>wiczenia</b>					
1. Opracowanie własnego projektu, analiza wybranych obszarów, elementy zarz dzania i kontroli realizacji projektu				2	4

<b>2. Podsumowanie i zaliczenie wicze</b>		2	1		
Metody kształcenia	prezentacja audiowizualna, praca w grupach				
Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu			
	<b>KOLOKWIUM</b>	<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5</b>			
	<b>ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )</b>	<b>EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6</b>			
Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczenie wicze :</b> 1. Kolokwium pisemne z tematów zrealizowanych na wiczeniach (ocena stanowi 60% oceny ko cowej). 2. Aktywne uczestnictwo w zaj ciach wiczeniowych (ocena stanowi 40% oceny ko cowej). <b>Zaliczenie wykładów:</b> 3. Kolokwium pisemne z tematów zrealizowanych na wykładach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Oba warunki musz by spełnione co najmniej na ocen dostateczn . Ocena ko cowa jest redni arytmetyczn .</b>				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	zarz dzanie projektami badawczymi		Arytmetyczna	
	2	zarz dzanie projektami badawczymi [wykład]	zaliczenie z ocen		
	2	zarz dzanie projektami badawczymi [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	D. Lock (2009): „Podstawy zarz dzania projektami”, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa				
	R. Jones (2009): „Zarz dzanie projektami. Sztuka przetrwania”, Mt Biznes, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	R.W. Darnall (2002): „Najwspanialszy projekt wiata”, Difin, Warszawa				
	Stowarzyszenie Project Management Polska (2009): „Zarz dzanie projektami. Podr cznik”, pm2pm, Kraków				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	<b>10</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				
Przygotowanie się do zaj	<b>13</b>				
Studiowanie literatury	<b>5</b>				
Udział w konsultacjach	<b>5</b>				
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>				
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	<b>15</b>				
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>50</b>				
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>				

# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: medycyna sportowa [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>zdrowotne aspekty aktywności fizycznej (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2983_56N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalność:	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			Język przedmiotu: <b>semestr: 6 - j. język polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr hab. MARTA ST. PIE-SŁODKOWSKA</b>			
Prowadzący zajęcia:		<b>dr hab. MARTA ST. PIE-SŁODKOWSKA</b>			
Cele przedmiotu:		Zapoznanie ze specyfiką urazów sportowych oraz diagnostyki, profilaktyki i terapii najczęstszych problemów klinicznych. Kształcenie umiejętności prowadzenia rehabilitacji u sportowców w zależności od rodzaju urazu. Nabywanie gotowości do pracy z różnymi grupami społecznymi w myśl zasad i norm etycznych.			
Wymagania wstępne:		Znajomość podstaw anatomii i fizjologii człowieka oraz zagadnień z biomechaniki i ergonomii. Umiejętność stosowania testów funkcjonalnych i prowadzenia kinezyterapii. Praca w zespole oraz komunikacja interpersonalna.			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP2	posiada wiedzę z zakresu higieny i edukacji zdrowotnej oraz ich wpływu na odpowiednie przygotowanie organizmu do podjęcia wysiłku fizycznego	<b>K_W03</b>	
umiejętności	1	EP7	stosuje się do wytycznych podstaw edukacji zdrowotnej w pracy z osobami w różnym wieku	<b>K_U13</b>	
kompetencje społeczne	1	EP9	jest gotów do propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia oraz posiada kompetencje do promowania zachowań zdrowotnych w działalności edukacyjnej i środowisku lokalnym	<b>K_K06</b>	
<b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>				Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: <b>zdrowotne aspekty aktywności fizycznej</b>					
Forma zajęć: <b>wykład</b>					
1. Zdrowy styl życia, aktywność fizyczna - holistyczne ujęcie zdrowia.				6	2
2. Czynniki warunkujące zdrowie i dbałość o zdrowie.				6	2
3. Aktywność fizyczna jako składowa profilaktyki zdrowia.				6	2
4. Znaczenie aktywności fizycznej w dzieciństwie i młodości.				6	2
5. Preferowane formy aktywności fizycznej dzieci i dorosłych.				6	2
Forma zajęć: <b>wiczenia</b>					
1. Styl życia, zachowania zdrowotne, zagrożenie zdrowotne związane z niską aktywnością fizyczną				6	2

2. Miejsce aktywno ci fizycznej w ród innych zachowa zdrowotnych. Zasady treningu zdrowotnego osób dorosłych.		6	1		
3. Wpływ aktywno ci fizycznej na organizm człowieka: układ kr enia, narz d ruchu, układ pokarmowy, układ nerwowy oraz samopoczucie.		6	2		
Metody kształcenia	Zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej; Profilaktyka zdrowia w sporcie; Podstawy fizjoterapii w sporcie Wykład: Wykład z prezentacj multimedialn wiczenia konwersatoryjne: prezentacja multimedialna, przygotowanie i prowadzenie zaj , zaj cia praktyczne, rozwi zywanie zada problemowych, dyskusja. Praca własna studenta: praca z ksi k , analiza i przegl d tematyczny literatury-przygotowanie zaj na wybrany temat.				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusa		
	KOLOKWIUM		EP2		
	SPRAWDZIAN		EP2		
	PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA		EP2,EP7		
	PROJEKT		EP2,EP7,EP9		
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )		EP2,EP7,EP9		
Forma i warunki zaliczenia	pozytywne zaliczenie wicze : wykonanie prezentacji lub referatu oraz zaprezentowanie wyników pracy grupowej. pozytywne pisemne zaliczenie kolokwium ko owego z wykładów				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu  <b>rednia wa ona: 40% ocena z wicze + 60% ocena z zaliczenia wykładów</b>				
Metoda obliczania oceny ko owej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej		Wa ona	
	6	zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej [wykład]	zaliczenie z ocen		0,60
	6	zdrowotne aspekty aktywno ci fizycznej [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,40
Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing London.				
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa.				
	Dziak A. 20002 (2002): Urazy i uszkodzenia w sporcie, Kasper, Kraków.				
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zm czenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED., Katowice.				
	Jager A., Krawczyk J. (2012): Wybrane zagadnienia z medycyny sportowej, PZWL , Warszawa.				
	Jegier A., Nazar K., Dziak A. (2005): Medycyna sportowa,, Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej , Warszawa.				
	Karski J.B. (2006): Teoria i praktyka promocji zdrowia, CeDeWu.PL, Warszawa				
	Kasprzak W., Ma kowska A. (2008): Fizykoterapia medycyna uzdrowiskowa i SPA, PZWL Warszawa				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków.				
	M dra M. (2004): Medycyna sportowa, Medsportpress, Warszawa.				
	Mieczkowski T (red.) (2001): Dodatnie i ujemne aspekty aktywno ci ruchowej, IKF US.				
Woynarowska B. 2008 (2008): Edukacja zdrowotna, PWN Warszawa					
Literatura uzupełniają ca	Kolster B., Ebett-Paprotny G. (2001): Poradnik fizjoterapeuty, Wyd. im. Ossoli skich Wrocław.				
	Kotarska K., Drohomirecka A., Sygit M., Sygit K., Eider, J. (2014): Comparison of motor abilities of Young children In Poland In years 1996 and 2006. CEJSSM No 1				
	Straburzy ska-Lupa A., Straburzy ski G. (2008): Fizjoterapia z elementami klinicznymi, PZWL Warszawa.				
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA</b>					
	Liczba godzin				
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>				
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>				

Przygotowanie si do zaj	20
Studiowanie literatury	23
Udział w konsultacjach	5
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	10
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>



# S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: <b>USKFZ-DS-O-I-N-20/21Z</b>					
Moduł: <b>Moduł A: ywienie w sporcie [moduł]</b>					
Nazwa przedmiotu: <b>ywienie a bioenergetyka wysiłku fizycznego (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)</b>				Kod przedmiotu: <b>US113AIJ2985_61N</b>	
Nazwa kierunku: <b>diagnostyka sportowa</b>					
Forma studiów: <b>I stopnia lic., niestacjonarne</b>		Profil studiów: <b>ogólnoakademicki</b>		Specjalno : 	
Status przedmiotu: <b>fakultatywny</b>			J zyk przedmiotu: <b>semestr: 6 - j zyk polski</b>		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	wiczenia	5	ZO	3
		wykład	10	ZO	
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>3</b>
Koordynator przedmiotu:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Prowadz cy zaj cia:		<b>dr MAREK KOLBOWICZ</b>			
Cele przedmiotu:		<b>Zaznajomienie studentów z podstawowymi procesami zachodz cymi w organizmie człowieka podczas wysiłku fizycznego. Wprowadzenie studentów w tematyk zasad ywienia sportowców uprawiaj cych ró ne dyscypliny sportu. Zapoznanie studentów z głównymi składnikami pokarmowymi i ich rol w wysiłku fizycznym.</b>			
Wymagania wst pne:		<b>Biologia ogólna, chemia, podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego ywienia oraz chorób zwi zanych z nieprawidłowym ywieniem.</b>			
<b>EFEKTY UCZENIA SI</b>					
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu	Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	<b>student wykazuje znajomo anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzgl dnieniem układu pokarmowego oraz procesów trawienia i wchłaniania.</b>	<b>K_W01</b>	
	2	EP2	<b>zna funkcje ywieniowe i fizjologiczne białek, tłuszczów, w glowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków ladowych i witamin.</b>	<b>K_W03</b>	
	3	EP3	<b>rozumie istot procesów fizjologicznych zachodz cych w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanej aktywno ci fizycznej.</b>	<b>K_W04</b>	
	4	EP4	<b>posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie</b>	<b>K_W06</b>	
	5	EP5	<b>zna metody oceny sposobu ywienia oraz jego korekty u osób aktywnych fizycznie.</b>	<b>K_W07</b>	

umiej tno ci	1	EP6	student potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet a wysi kiem fizycznym. potrafi analizowa , interpretowa przemiany biochemiczne zachodz ce w organizmie os b aktywnych fizycznie.	K_U02
	2	EP7	potrafi formu lowa opinie dotycz ce zachowa ywieniowych os b aktywnych fizycznie.	K_U03
	3	EP8	m owi o zagadnieniach zwi zanych z ywieniem w sporcie zrozumia łym j zykiem, stosuj c poprawn nomenklatur .	K_U03
	4	EP9	planuje i wdra a odpowiednie post powanie ywieniowe uwzgl dniaj c okre lony cel i mo liwo ci.	K_U11
	5	EP10	potrafi wskaza b ł dy i zaniedbania ywieniowe	K_U13
	6	EP11	wykazuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezbd nych danych w literaturze.	K_U15
kompetencje spo łeczne	1	EP12	ma wiadomo swojej roli w ksztaltowaniu prawid łowych nawyk w ywieniowych i stosowaniu prawid łowej i bezpiecznej suplementacji u os b aktywnych fizycznie.	K_K05
	2	EP13	ma wiadomo roli prawid łowego ywienia cz łowieka poddanego wysi kowi fizycznemu	K_K05
	3	EP14	ma wiadomo konieczno ci stosowania wiedzy na temat zdrowiej wiedzy w praktyce trenerskiej	K_K07
	4	EP15	.student rozumie potrzeb dalszego ksztalcenia si w zakresie zasad prawid łowego ywienia.	K_K10
TRE CI PROGRAMOWE			Semestr	Liczba godzin
Przedmiot: ywienie a bioenergetyka wysi ku fizycznego				
Forma zaj : wykład				
1. ywienie, a wysi ek fizyczny. Klasyfikacja wysi k w fizycznych. r d Ź energii do skurcz w mi niowych. Podstawy fizjologiczne wysi ku fizycznego. Szacowanie zapotrzebowania energetycznego przy r wnych rodzajach wysi ku fizycznego.			6	3
2. Wydolno fizyczna. Trening zwi kszej cy wydolno fizyczn . Adaptacja do treningu, zm czenie, wypoczynek i superkompensacja jako konsekwencja obci enia wysi kowego.			6	3
3. Przyczyny i skutki stresu oksydacyjnego. Po ywienie jako r d Ź antyoksydant w.			6	2
4. ywienie sportowc w podczas trening w, zawod w i w czasie regeneracji.			6	2
Forma zaj : wiczenia				
1. Wp ływ wysi ku fizycznego na poszczególne uk łady organizmu cz łowieka: uk ład kr enia, uk ład oddechowy, uk ład pokarmowy, uk ład moczowy, uk ład hormonalny, uk ład odporno ciowy, kostny i mi nie szkieletowe.			6	2
2. Fizjologia od ywania sportowca - uk ładanie jad łospis w. Szacowanie ca łodziennego zapotrzebowania energetycznego na podstawie wska nik w metabolicznych.			6	3
Metody ksztalcenia	wykład, praca w grupach, dyskusja, wiczenia praktyczne, prezentacja multimedialna			
Metody weryfikacji efekt w uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa
	KOLOKWIIUM			EP1,EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP9
	SPRAWDZIAN			EP1,EP10,EP2,EP3,EP4
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ )			EP10,EP11,EP12,EP13,EP14,EP15,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9

Forma i warunki zaliczenia	<b>Zaliczeni wicze :</b> a) obecno i aktywno na zaj ciach b) zaliczenie sprawdzianu na ocen pozytywn <b>Zaliczenie wykładów:</b> <b>Zaliczeni kołokwium pisemnego obejmuj cego tre ci wykładów</b>				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	<b>Ocen ko ców z ka dego przedmiotu stanowi rednia arytmetyczna ocen z wicze i z wykładów.</b>				

Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	6	ywienie a bioenergetyka wysiłku fizycznego		Arytmetyczna	
	6	ywienie a bioenergetyka wysiłku fizycznego [wykład]	zaliczenie z ocen		
	6	ywienie a bioenergetyka wysiłku fizycznego [ wiczenia]	zaliczenie z ocen		

Literatura podstawowa	A. Zaj c, S. Poprz cki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice,				
	I. Celejowa (2008): ywienie w sporcie, WydawnictwoLekarskie PZWL, Warszawa				
	Zaj c A, Zydek G, Michalczyk M i wsp. (2014): Dieta i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych.				

Literatura uzupełniają ca	Benardot D. , 2012 (2012): Advanced Sport Nutrition				
	J. Górski (red.) (2011): Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa				

#### NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin
Zaj cia dydaktyczne	<b>15</b>
Udział w egzaminie/zaliczeniu	<b>2</b>
Przygotowanie si do zaj	<b>20</b>
Studiowanie literatury	<b>23</b>
Udział w konsultacjach	<b>5</b>
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	<b>0</b>
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	<b>10</b>
<b>Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>