

Grupa zajęć nauk medyczno-przyrodniczych		ECTS 6	
Wydział: Wydział Wychowania Fizycznego		Kierunek: turystyka i rekreacja	
Nazwa jednostki prowadzącej grupę zajęć: Katedra Nauk fizjologiczno-Medycznych, Zakład Biomedycznych Podstaw Aktywności Ruchowej i Zakład Fizjologii Katedra Prozdrowotnej Aktywności Fizycznej i Turystyki		Rok: I i II Semestr: 1 i 3	
Forma studiów/ rodzaj studiów: Studia stacjonarne: 1 stopnia	Profil kształcenia: praktyczny	Status grupy zajęć: z zakresu nauk podstawowych	
Język grupy zajęć: polski	Forma zajęć: Ćwiczenia i wykłady	Wymiar zajęć stacjonarne 78 godzin (39 wykt i 39 ćw)	
Koordynator grupy zajęć zajęć	Beata Manowska	Sposób realizacji:	
Wymagania wstępne	<p>Wiedza: podstawy wiedzy ze szkoły średniej</p> <p>Umiejętności: wyszukiwania i korzystania z dostępnej literatury przedmiotu, internetowych systemów wyszukiwania.</p> <p>Kompetencje społeczne: świadomość konieczności uczenia się i samodzielnego zdobywania wiedzy</p>	Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i studentów	
Cele grupy zajęć	Celem jest zapoznanie studentów z zagadnieniami dotyczącymi problematyki medyczno-przyrodniczej, w tym z ekologii i ochrony środowiska oraz anatomii narządu ruchu i fizjologii człowieka oraz istotą procesów fizjologicznych zachodzących pod wpływem wysiłku fizycznego.		

Lp.	Efekty uczenia się Student:	Odniesienie do efektów kierunkowych	Odniesienie Charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji *
W zakresie wiedzy			
W01	Zna podstawową terminologię z zakresu nauk o zdrowiu i kulturze fizycznej, nauk społecznych, przyrodniczych i humanistycznych w zakresie niezbędnym dla zrozumienia zjawisk rekreacji i turystyki	K_W01	P6S_WG
W02	Posiada ogólną znajomość budowy i funkcjonowania organizmu człowieka, rozumie istotę procesów fizjologicznych zachodzących w ludzkim organizmie pod wpływem ukierunkowanych ćwiczeń fizycznych i zabiegów odnowy psychosomatycznej	K_W02	P6S_WG
W03	Zna i rozumie znaczenie aktywności fizycznej w profilaktyce chorób cywilizacyjnych i promocji zdrowia	K_W07	P6S_WK
W04	Zna i rozumie relacje zachodzące między człowiekiem a środowiskiem przyrodniczym, ocenia atrakcyjność środowiska przyrodniczego dla potrzeb turystyki i rekreacji	K_W16	P6S_WG
W05	Zna i rozumie podstawy prawne związane z ochroną przyrody i środowiska istotne dla działalności turystycznej i rekreacyjnej	K_W19	P6S_WG
W zakresie umiejętności			

U01	Potrafi promować zdrowie poprzez racjonalne spożytkowanie wolnego czasu (aktywny styl życia) u osób w różnym wieku	K_U01	P6S_UW
U02	Potrafi diagnozować i ocenić poziom aktywności, sprawności, wydolności fizycznej osób w różnym wieku, wykorzystując w tym celu dostępny sprzęt i aparaturę pomiarową	K_U06	P6S_UW
U03	Posiada umiejętność postępowania w miejscu wypadku w stanach zagrożenia zdrowia i życia	K_U07	P6S_UW
U04	Umie identyfikować problemy ekologiczne i zdrowotne związane z uprawianiem turystyki i rekreacji	K_U08	P6S_UW
U05	Umie ocenić przydatność walorów przyrodniczych otoczenia	K_U10	P6S_UW
U06	Potrafi prezentować własną opinię o pozytywnych i negatywnych zjawiskach w aktywności turystycznej i rekreacyjnej	K_U18	P6S_UW

W zakresie kompetencji społecznych

K01	Prowadzi prozdrowotny styl życia, dba o optymalny poziom sprawności fizycznej oraz prawidłową sylwetkę ciała. Stara się żyć proekologicznie	K_K02	P6S_KR
K02	Jest gotowy do uzupełniania i doskonalenia swojej wiedzy. Samodzielnie zdobywa wiedzę	K_K09	P6S_KK
K03	Dostrzega problemy związane z programowaniem zdrowego stylu życia i rozwiązuje je współpracując z otoczeniem	K_K03	P6S_KR

Stosowane metody dydaktyczne

Wykład: tradycyjny oraz z wykorzystaniem technik multimedialnych, wykład aktywny (wykorzystanie dyskusji, studiów przypadku).

Ćwiczenia: aktywne z wykorzystaniem studiów przypadków, burzy mózgów, praca multimedialna (prowadzący), film dydaktyczny, praca w grupach, opracowanie projektów, analiza tekstów i parametrów z wnioskowaniem i dyskusją

Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów

Metody weryfikacji efektów kształcenia: np. pisemne prace zaliczeniowe, egzaminy, obserwacja studentów i ocena ich umiejętności praktycznych.

Kryteria oceny efektów kształcenia:

2,0 – student nie osiągnął wymaganych efektów kształcenia (punktacja poniżej 50 %)

3,0 – student osiągnął efekty kształcenia w stopniu dostatecznym (51 do 60 %)

3,5 – student osiągnął efekty kształcenia w stopniu dostatecznym plus (61 do 70 %)

4,0 – student osiągnął efekty kształcenia w stopniu dobrym (71 do 80 %)

4,5 – student osiągnął efekty kształcenia w stopniu dobrym plus (81 do 90 %)

5,0 – student osiągnął efekty kształcenia w stopniu bardzo dobrym (91 do 100 %)

Treści programowe grupy zajęć		Godziny ST/NST
1.	<p>Ekologia i ochrona środowiska.</p> <p>Wykład:</p> <p>Zagadnienie 1. Podstawowe pojęcia – ekologia, ochrona przyrody, ochrona środowiska, ekorozwój, zrównoważony rozwój, edukacja ekologiczna, degradacja, dewastacja, antropopresja</p> <p>Zagadnienie 2. Globalna polityka ekologiczna. Konferencje, Szczyty Ziemi i dokumenty z nich wynikające, organizacje międzynarodowe działające w kierunku ekologii,</p> <p>Zagadnienie 3. Ochrona przyrody w Polsce i na świecie.</p> <p>Zagadnienie 4. Gospodarka zasobami naturalnymi. Odnawialne i nieodnawialne źródła energii.</p> <p>Zagadnienie 5. Aerosfera – źródła zanieczyszczeń, ochrona aerosfery, wpływ zanieczyszczeń na zdrowie człowieka.</p> <p>Zagadnienie 6. Zmiany klimatyczne, dziura ozonowa, globalne i lokalne problemy związane z zanieczyszczeniami aerosfery.</p>	39

	<p>Zagadnienie 7. Hydrosfera – źródła zanieczyszczeń, ochrona, wpływ zanieczyszczeń na zdrowie człowieka.</p> <p>Zagadnienie 8. Litosfera i pedosfera – źródła zanieczyszczeń, ochrona, wpływ zanieczyszczeń na zdrowie człowieka; rekultywacja terenów przemysłowych w kierunku turystyki i rekreacji</p> <p>Zagadnienie 9. Ekocertyfikaty w turystyce</p> <p>Ćwiczenia:</p> <p>Zagadnienie 1. Interakcje elementów środowiska przyrodniczego z człowiekiem.</p> <p>Zagadnienie 2. Ekologia człowieka: wpływ czynników meteorologicznych na organizm człowieka; aerozole powietrzne, wody mineralne, peloidy, warunki klimatyczne Polski</p> <p>Zagadnienie 3. Akty normatywne w ochronie przyrody w Polsce – Ustawa o ochronie przyrody, formy ochrony przyrody</p> <p>Zagadnienie 4. Wpływ przemysłu turystycznego na środowisko; globalne i lokalne zmiany zachodzące pod wpływem turystyki - przykłady</p> <p>Zagadnienie 5. Edukacja ekologiczna formalna i nieformalna - przykłady</p>	
2.	<p>Anatomia narządu.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Budowa szczegółowa i położenie k. kończyny górnej. 2. Budowa szczegółowa i działanie połączeń k. kończyny górnej. 3. Budowa i działanie z mięśniami kończyny górnej. 4. Budowa szczegółowa i położenie k. kończyny dolnej. 5. Budowa szczegółowa i działanie połączeń k. kończyny dolnej. 6. Budowa i działanie z mięśniami kończyny dolnej. 7. Budowa szczegółowa i położenie k. tułowia. 8. Budowa szczegółowa i działanie połączeń tułowia. 9. Budowa i działanie z mięśniami tułowia. 10. Mechanika oddychania i funkcje przepony. 	13
3.	<p>Podstawy fizjologii człowieka.</p> <p>Zagadnienie 1. Fizjologia mięśni szkieletowych.</p> <p>Zagadnienie 2. Nerwowa kontrola funkcji motorycznych i wegetatywnych.</p> <p>Zagadnienie 3. Fizjologia układów transportujących tlen.</p> <p>Zagadnienia 4. Adaptacja do wysiłków fizycznych o różnej charakterystyce.</p> <p>Zagadnienie 5. Wydolność fizyczna, czynniki ją determinujące i metody oceny.</p> <p>Zagadnienie 6. Zmęczenie i wypoczynek.</p>	26
<p>Forma i warunki zaliczenia grupy zajęć, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia, a także forma i warunki zaliczenia poszczególnych zajęć wchodzących w zakres danej grupy zajęć</p>		
<p>Warunkiem zaliczenia grupy zajęć medyczno-przyrodniczych jest zaliczenie i zdanie egzaminu z przedmiotów wchodzących w jej zakres. Warunkiem zaliczenia poszczególnych zajęć grupowych jest osiągnięcie wszystkich założonych efektów kształcenia (w minimalnym akceptowalnym stopniu – w wysokości >50%). Ćwiczenia zaliczane są na podstawie pracy pisemnej i ustnej (pracy semestralnej) oraz na podstawie kolokwium (pytania otwarte/ ew. testowe). W przypadku przedmiotów kończących się egzaminem warunkiem do jego dopuszczenia jest wcześniejsze zaliczenie przedmiotu. Egzaminy odbywają się w trakcie sesji egzaminacyjnej (zgodnie z organizacją roku) i mają formę pisemną.</p>		

Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS	Stacjonarne	Niestacjonarne
<p>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:</p> <p>Udział w wykładach</p> <p>Konsultacje</p>	<p>78 (w tym w wykładach 39 godz., w ćwiczeniach 39 godz.)</p> <p>Konsultacje stosownie do potrzeb studenta</p>	

Samodzielna praca studenta: Przygotowanie prezentacji Przygotowanie do zaliczenia	78 (w tym przygotowanie do ćwiczeń, studiowanie literatury 30 godz., przygotowanie projektów i prezentacji 20 godz., przygotowanie do zaliczeń i egzaminu 26 godz., udział w egzaminie 2godz.)	
Łączny nakład pracy studenta wynosi: 156 godzin, co odpowiada 6 punktom ECTS		

Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia danej grupy zajęć

Ekologia i ochrona środowiska

Literatura podstawowa:

1. Wilczek Z. Ekologia w turystyce. Wyższa Szkoła Społeczno- Przyrodnicza w Lublinie, 2004 (rozdział I-II; dostępna biblioteka AWF)
2. Kuśka A., Malewski K., Ekologia i Ochrona Środowiska. Akademia Wychowania Fizycznego, Katowice 2004 (dostępna biblioteka AWF)
3. Kurnatowska A. Ekologia. Jej związki z różnymi dziedzinami wiedzy (rozdz.1-5). Wydawnictwo Naukowe PWN, 1997 (dostępne, biblioteka AWF)
4. Kosmala G., Vierek A. Podstawy geografii. Wydawnictwo AWF Katowice (dostępna w bibliotece AWF)
5. Ustawa o Ochronie Przyrody z 16 .04. 2004

Literatura uzupełniająca:

1. Kożuchowski K. Walory przyrodnicze w turystyce i rekreacji. Wydawnictwo Kurpisz S.A., 2005
2. Dubel K. Ochrona i kształtowanie środowiska. Oficyna Wydawnicza makago, 1996
3. Umiński T. Ekologia, środowisko, przyroda. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne. 1995 (dostępne, biblioteka AWF)
4. Poskrobko B. i in. Ochrona biosfery. Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, 2007

Anatomia narządu ruchu

Literatura podstawowa:

1. Bochenek A., Reicher M.: Anatomia Człowieka Tom I PZWL Warszawa 2002.
2. Narkiewicz O., Moryś J.: Anatomia Człowieka Tom 1-4 PZWL Warszawa 2010.
3. Ignasiak Z.: Anatomia układu ruchu Elsevier Urban& Partner Wrocław 2007.
4. Sokołowska-Pituchowa U. Anatomia Człowieka PZWL Warszawa 2001.
5. Marecki B. : Anatomia Funkcjonalna. PWN Warszawa-Poznań 2004.
6. Michajlik A., Ramotowski W.: Anatomia i Fizjologia Człowieka PZWL Warszawa 2001.

Literatura uzupełniająca:

1. Aleksandrowicz R.: Mianownictwo anatomiczne. PZWL Warszawa 1989.
2. Kahle W., Leonhardt H., Platzer W.: Podręczny atlas anatomii człowieka. Wyd. Med. Słotwiński Verlag Bremen 1998. Tom1 Narząd Ruchu.
3. Sobotta J.: Atlas anatomii człowieka. Tom 1-2. Elsevier Urban & Partner Wrocław 2009.

4. Netter F., red. Moryś J.: Atlas anatomii człowieka. Elsevier Urban& Partner Wrocław 2011.

Podstawy fizjologii człowieka

Literatura podstawowa:

1. Górski J. „Fizjologiczne podstawy wysiłków fizycznych” PZWL Warszawa 2001
2. Jaskólski A. „Fizjologia wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka” AWF Wrocław, 2005.
3. Kubica R.: Podstawy fizjologii pracy i wydolności fizycznej. Skrypt AWF Kraków 1995
4. Mc Laughlin D., Stamford J., White D. „Fizjologia człowieka” PWN, Warszawa 2008

Literatura uzupełniająca:

1. Traczyk „Fizjologia człowieka w zarysie” PZWL 1992
2. Birch K., Mac Laren, K. George „Fizjologia sportu” PWN, Warszawa 2008
3. Górski „Fizjologia człowieka” PZWL, Warszawa 2010
4. Halicka-Ambroziak „Wskazówki do ćwiczeń z fizjologii dla studentów wychowania fizycznego” Skrypt AWF Warszawa 1996

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kształcenia przewiduje praktyki

Nie dotyczy

Forma oceny efektów uczenia się

Efekty uczenia się	Forma oceny			Egzamin
	Test sprawdzający	Prezentacja/praca grupowa	Obserwacja/dyskusja dydaktyczna	
W01	x	x	x	x
W02	x	x	x	
W03	x	x	x	x
W04	x		x	x
W05	x	x	x	x
U01		x	x	
U02	x	x	x	
U03			x	
U04			x	
U05		x		
U06		x	x	
K01			x	
K02		x	x	x
K03	x	x	x	

Macierz efektów uczenia się dla grupy zajęć

Efekty uczenia się	Ekologia i ochrona środowiska	Anatomia narządu ruchu	Podstawy fizjologii człowieka
W01	x	x	x
W02		x	x
W03		x	
W04	x		
W05	x		
U01			x
U02			x
U03		x	
U05	x		
U06	x		
K01	x	x	x
K02	x		
K03		x	