

			
	Karta przedmiotu rok akademicki 2017/2018	Wydanie II 11 lutego 2016 r.	Symbol Z-5.4-1-2

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU

1. Nazwa przedmiotu:	Antropomotoryka				
2. Kod przedmiotu:	16.1				
3. Okres ważności karty:	ważna od roku akademickiego: 2016-2019				
4. Forma kształcenia:	Studia pierwszego stopnia				
5. Forma studiów:	Studia stacjonarne				
6. Kierunek studiów:	Wychowanie Fizyczne				
7. Profil studiów:	praktyczny				
8. Specjalność:					
9. Semestr:	trzeci i czwarty				
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej i Zdrowia				
11. Prowadzący przedmiot:	Prof. Dr hab. Joachim Raczek, dr Agnieszka Kosmol-Żok, mgr B.Sitko				
12. Grupa przedmiotów:	Moduł zajęć praktycznych kierunkowych				
13. Status przedmiotu:	obowiązkowy				
14. Język prowadzenia zajęć:	polski				
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:					
Wiedza z zakresu biologii, anatomii, fizjologii, i psychologii.					
16. Cel przedmiotu:					
Systematyzacja, integracja i uogólnienie wiedzy o istocie oraz właściwościach motoryczności człowieka.					
17. Efekty kształcenia:					
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metoda realizacji efektu kształcenia	Metoda sprawdzenia efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla specjalności/kierunku studiów
W	Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Zna pojęcie	Objaśnienie, dyskusja kierowana, Wykład informacyjny	Ocena zaangażowania w dyskusji, wypowiedzi ustne, zaliczenie pisemne	Ćw.	W01 (+) W18 (++) W02 (+) W04 (++) W07 (+) W13 (+++)

	<p>sprawności fizycznej oraz jej uwarunkowania i tendencje w diagnozowaniu.</p>				
U	<p>Potrafi posługiwać się terminami związanymi ze sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka. Potrafi wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Charakteryzuje poszczególne zdolności motoryczne. Potrafi podjąć działania diagnostyczne, profilaktyczne i szkoleniowo- edukacyjne związane ze sprawnością fizyczną i rozwojem motorycznym.</p>	<p>Objaśnienie, pokaz, dyskusja kierowana, ćwiczenia przedmiotowe</p>	<p>Zadania wykonane indywidualnie, prezentacje indywidualne ustne</p>	<p>Ćw.</p>	<p>U01 (+) U02 (+++) U07 (++) U08 (+++)</p>
K	<p>Rozumie potrzebę uczenia się, a także rozwoju motorycznego przez całe życie. Okazuje zrozumienie i szacunek wobec ćwiczącego. Rozumie potrzebę demonstrowania postawy promującej zdrowie i aktywność fizyczną. Potrafi opracować indywidualną strategię rozwoju.</p>	<p>Praca w grupie zadaniowej</p>	<p>Zadania wykonane grupowo</p>	<p>Ćw.</p>	<p>K01 (+) K02 (++) K04 (+) K07 (+++)</p>
18. Formy i wymiar zajęć:		<p>Ćwiczenia- III semestr 15 godzin, IV semestr 30 godzin Wykłady- III semestr 15 godzin, IV semestr 15 godzin</p>			
19. Treści kształcenia:					
Szczegółowy program zajęć					
L.p.	Tematyka zajęć- ćwiczenia III semestr				Liczba godzin
1.	Zajęcia organizacyjne.Podanie literatury. Warunki zaliczenia przedmiotu				1
2.	Antropomotoryka jako subdyscyplina wiedzy.				1
3.	Charakterystyka motoryczności ludzkiej.				1

4.	Charakterystyka potencjalnej strony motoryczności ludzkiej	1
5.	Charakterystyka efektywnej strony motoryczności ludzkiej	1
6.	Predyspozycje wg Szopy-charakterystyka	1
7.	Kondycyjne zdolności motoryczne- siła. Predyspozycje. Definicje.	1
8.	Kondycyjne zdolności motoryczne-siła. Rodzaje. Pomiar siły-testy motoryczne	1
9.	Kondycyjne zdolności motoryczne-wytrzymałość. Predyspozycje. Definicje.	1
10.	Kondycyjne zdolności motoryczne-wytrzymałość. Rodzaje. Pomiar wytrzymałości-testy motoryczne	1
11.	Hybrydowe zdolności motoryczne. Szybkość. Charakterystyka. Definicje	1
12.	Hybrydowe zdolności motoryczne. Predyspozycje. Pomiar szybkości-testy motoryczne.	1
13.	Hybrydowe zdolności motoryczne-zwinność. Charakterystyka. Definicje.	1
14.	Hybrydowe zdolności motoryczne-zwinność .Pomiar. Testy motoryczne.	1
15.	Zaliczenie przedmiotu. Podsumowanie przedmiotu.	1
	Łączna liczba godzin	15
	Tematyka zajęć- ćwiczenia IV semestr	
1.	Zdolności koordynacyjne. Wprowadzenie. Podstawowe pojęcia	2
2.	Podział zdolności koordynacyjnych. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
3.	Zdolność równowagi. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
4.	Zdolność orientacji czasowo przestrzennej. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
5.	Zdolność różnicowania kinestetycznego. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
6.	Zdolność szybkiej reakcji motorycznej. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
7.	Zdolność dostosowania motorycznego. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
8.	Zdolność rytmizacji. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
9.	Zdolność sprzężenia ruchów. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
10.	Zdolność wysokiej częstotliwości ruchów. Charakterystyka. Pomiar- testy sportowo motoryczne.	2
11.	Rozwój motoryczny człowieka – zarys problematyki;	2
12.	Rozwój motoryczny człowieka – okres noworodkowy i niemowlęcy.	2
13.	Rozwój motoryczny człowieka – okres poniemowlęcy i wczesnoszkolny.	2
14.	Rozwój motoryczny człowieka – okres młodszy szkolny i dojrzewania.	2
15.	Podsumowanie i kolokwium końcowe.	2
	Łączna liczba godzin	30
	Tematyka zajęć- wykłady III semestr	
1.	Zajęcia organizacyjne. Podanie literatury. Warunki zaliczenia przedmiotu.	1
2.	Podstawy wyodrębniania problematyki motoryczności z całości aspektów poznania człowieka.	1
3.	Motoryczność człowieka jako swoisty przedmiot poznania naukowego.	1
4.	Teoretyczna koncepcja motoryczności człowieka.	1
5.	Strukturalny model motoryczności człowieka.	1
6.	Uwarunkowania motoryczności.	1

7.	Znamiona motoryczno-teoretyczne, założenia i kryteria.	1
8.	Strategie podporządkowania umiejętności sportowych.	1
9.	Teoretyczno-metodologiczne podstawy wyodrębnienia zdolności motorycznych.	1
10.	Zdolności motoryczne a umiejętności ruchowe.	1
11.	Nowe koncepcje ujęcia uwarunkowań motorycznych.	1
12.	Koncepcje systematyzacji cech ruchu.	1
13.	Cechy ruchu-problemy i kontrowersje.	1
14.	Ruch jako podstawowa forma czynności człowieka.	1
15.	Zaliczenie przedmiotu. Podsumowanie.	1
Łączna ilość godzin		15
Tematyka zajęć- wykłady IV semestr		
1.	Zajęcie organizacyjne.Podanie literatury. Warunki zaliczenia przedmiotu.	1
2.	Koordynacyjny potencjał motoryczności człowieka.	1
3.	Znaczenie koordynacyjnych zdolności motorycznych	1
4.	Schemat poziomów procesów sensomotorycznych oraz związanych z nimi struktur neuronalnych.	1
5.	Koordinacja jako proces sterowania i regulacji.	1
6.	Klasyfikacja KZM: specjalne, specyficzne, ogólne, elementarne i ogólne.	1
7.	Kryteria możliwości koordynacyjnych jednostki. Poziomy wymogów koordynacyjnych:dokładność przestrzenna,czas, zmienność warunków i sytuacji wykonania czynności ruchowych	1
8.	Kryteria oceny poziomu koordynacyjnych zdolności motorycznych:prawidłowość, szybkość, racjonalność, kreatywność.	1
9.	Metody kształtujące koordynacyjne zdolności motoryczne.	2
10.	Organizacyjno- metodyczne formy kształtowania zdolności koordynacyjnych	1
11.	Środki i metody kształtowania koordynacyjnych zdolności motorycznych	2
12.	Zmienność rozwojowa koordynacyjnych zdolności motorycznych	1
13.	Zaliczenie przedmiotu. Podsumowanie.	1
Łączna ilość godzin		15
20. Egzamin:		tak- w semestrze IV
21. Literatura podstawowa:		
Osiński W. (red.): Motoryczność człowieka - jej struktura, zmienność i uwarunkowania. AWF Poznań 1993. Osiński W.: Antropomotoryka. AWF Poznań 2003. Przewęda R.: Rozwój somatyczny i motoryczny. WSiP, Warszawa 1981. Raczek J. (red.): Motoryczność dzieci i młodzieży – aspekty teoretyczne oraz implikacje metodyczne. AWF Katowice 1986. Raczek J.: Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie. PZWL, Warszawa 2010. Szopa J., Mleczko E., Żak S. Podstawy antropomotoryki. PWN, Warszawa – Kraków 1996.		
22. Literatura uzupełniająca:		
Drabik J.: Sprawność fizyczna i jej testowanie u młodzieży szkolnej. AWF Gdańsk 1992.		
23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:		
Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych/pracy studenta
1	Wykład	30/10

2	Ćwiczenia	45/25
3	Konwersatoria	
4	Laboratorium	
5	Projekt	
6	Seminarium	
7	Inne: Przygotowanie prezentacji ustnej testów, oceniających zdolności motoryczne. Przygotowanie do testów oceniających zdolności motoryczne z zakresu: siły, wytrzymałości, szybkości, zwinności. Przygotowanie do testów oceniających zdolności koordynacyjne. Przygotowanie do kolokwium pisemnego.	0/40
Suma godzin		75/75
24. Suma wszystkich godzin:		150
26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:		2,5
25. Liczba punktów ECTS:		5
27. Liczba punktów ECTS uzyskanych w wyniku samodzielnej pracy studenta:		2,5
Efekt kształcenia	Ocena	Opis wymagań
W	bdb	Student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę w zakresie antropomotoryki. Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Bardzo dobrze zna terminologię używaną w naukach o człowieku. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Definiuje i klasyfikuje oraz zna testy motoryczne w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych.
	db+	Student ma uporządkowaną i pogłębioną wiedzę w zakresie antropomotoryki. Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Dobrze zna terminologię używaną w naukach o człowieku. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Definiuje i klasyfikuje oraz zna testy motoryczne w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych.
	db	Student ma uporządkowaną wiedzę w zakresie antropomotoryki. Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Dobrze zna terminologię używaną w naukach o człowieku. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Definiuje i klasyfikuje oraz zna testy motoryczne w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych.
	dst+	Student ma uporządkowaną wiedzę w zakresie antropomotoryki. Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Dostatecznie zna terminologię używaną w naukach o człowieku. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Definiuje i klasyfikuje oraz zna testy motoryczne w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych.

	dst	Student posiada podstawową wiedzę w zakresie antropomotoryki. Interpretuje podstawową wiedzę w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Rozróżnia i charakteryzuje potencjalną i efektywną jej stronę. Dostatecznie zna terminologię używaną w naukach o człowieku. Identyfikuje pojęcie predyspozycji i zdolności motorycznych. Definiuje i klasyfikuje oraz zna testy motoryczne w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych.
	ndst	Student nie ma uporządkowanej wiedzy w zakresie antropomotoryki. Nie interpretuje podstawowej wiedzy w zakresie koncepcji ujmowania zagadnień motoryczności. Nie rozróżnia i nie charakteryzuje potencjalnej i efektywnej strony motoryczności. Nie zna terminologii używanej w naukach o człowieku. Nie identyfikuje pojęć predyspozycji i zdolności motorycznych. Nie definiuje i nie klasyfikuje oraz nie zna testów motorycznych w zakresie zdolności kondycyjnych i hybrydowych
U	bdb	Student potrafi wszechstronnie wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Potrafi posługiwać się terminami związanymi z motorycznością człowieka. Potrafi wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Charakteryzuje poszczególne zdolności motoryczne. Potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
	db+	Student potrafi umiejętnie i dobrze wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi poprawnie posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Potrafi posługiwać się terminami związanymi z motorycznością człowieka. Potrafi wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Charakteryzuje poszczególne zdolności motoryczne. Potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
	db	Student potrafi dobrze wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi względnie poprawnie posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Potrafi posługiwać się terminami związanymi z motorycznością człowieka. Potrafi wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Charakteryzuje poszczególne zdolności motoryczne. Potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
	dst+	Student potrafi dostatecznie dobrze wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada dostateczną umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi w formie podstawowej posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Potrafi dostatecznie posługiwać się terminami związanym z motorycznością człowieka. Potrafi zrozumiale wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
	dst	Student potrafi dostatecznie wykorzystywać podstawową wiedzę

		teoretyczną, potrafi przedstawić, zaprezentować własne poglądy poparte argumentacją literatury w danej dziedzinie. Posiada dostateczną umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Potrafi w formie podstawowej posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Potrafi dostatecznie posługiwać się terminami związanym z motorycznością człowieka. Potrafi zrozumiale wyjaśnić istotę potencjału motorycznego. Potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
	ndst	Student nie potrafi wykorzystywać podstawowej wiedzy teoretycznej. Nie potrafi przedstawić, zaprezentować własnych poglądów popartych argumentacją literatury w danej dziedzinie. Nie posiada dostatecznych umiejętności zastosowania wiedzy teoretycznej z praktyczną. Nie potrafi w formie podstawowej posługiwać się w mowie i piśmie językiem naukowym w tej dyscyplinie. Nie potrafi dostatecznie posługiwać się terminami związanym z motorycznością człowieka. Nie potrafi zrozumiale wyjaśnić istoty potencjału motorycznego. Nie potrafi zastosować testy motoryczne do oceny zdolności motorycznych.
K	o.	Student aktywnie uczestniczy w dyskusjach przedstawiając swój własny punkt widzenia. Realizuje powierzone zadania w sposób terminowy i rzetelny. Poszerza wiedzę z przedmiotu. Posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności.
	no.	Student nie uczestniczy w dyskusjach. Nie realizuje powierzonych zadań w sposób terminowy i rzetelny. Nie poszerza wiedzy z przedmiotu. Nie posiada przekonania o wartości zdobytych umiejętności.
28. Uwagi:		

Zatwierdzono:

.....
(data i podpis prowadzącego)

.....
(data i podpis)