

Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu						
Budynek Główny, ul. Królowej Jadwigi 27/39, Poznań						
Nazwa:	wiek	opis (max 300 znaków)	miejsce (sala, laboratorium)	godzina:	Limit: (np.. 100 os.- cykl)	Rezerwacja: TAK/NIE
Masz to we krwi!	12+	Jak wiele można się dowiedzieć o własnym zdrowiu z kilku kropli krwi? Podczas zajęć oznaczymy uczestnikom 40 wskaźników biochemicznych w 60 sekund od pobrania kropli krwi. Niewiarygodne? Przyjdź i sam się przekonaj!	Zakład Biochemii, sala 276	17.00-17.45 18.00-18.45 19.00-19.45	20 osób/cykl	TAK
Functional Movement Screen - łańcuch jest tak silny jak silne jest jego najsłabsze ogniwo	b.o.	Nieinwazyjna metoda Functional Movement Screen (FMSTM) autorstwa Graya Cooka służąca kompleksowej diagnostyce poziomu motoryki dużej człowieka	Zakład Kinezyterapii, sala 287	18.00-19.00 19.00-20.00	25 osób/cykl	TAK
Geny w akcji - czy każdy z nas ma takie same szanse na olimpijskie złoto?	12+	Pokaz metod biologii molekularnej stosowanych w badaniach genetycznych z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu badawczego. Wprowadzenie w tematykę wybranych prdyspozycji genetycznych do uprawiania określonych dyscyplin sportu oraz genetycznego podłoża tolerancji wybranych składników diety.	Zakład Biologii i Ochrony Środowiska Laboratorium Badań Genetycznych, pok. 49	17.00-17.45 18.00-18.45 19.00-19.45	15 osób/cykl	TAK
Proste plecy? A jak to sprawdzić?	8+	Czy moje plecy są proste? Czy to dobrze, czy może jednak źle? Skąd się biorą bóle pleców? Aby odpowiedzieć na te pytania zaprezentujemy szereg sposobów oceny postawy ciała zaczynając od najprostszych, wykorzystujących sznurek i linijkę, a skończywszy na nowoczesnych systemach trójwymiarowej analizy ruchu.	wejście C sala C4	17.00-17.45 18.00-18.45 19.00-19.45	20 osób/cykl	TAK
Zabawy i gry ruchowe dużymi i małymi piłkami dla dużych i małych.	10+	Zajęcia, w których poznamy zabawy i gry ruchowe dla dzieci i dorosłych z wykorzystaniem mało znanych i nietypowych, często zaskakujących piłek. Poznamy też nowe sposoby wykorzystania piłek fitball, piłek do tenisa, siatkówki, piłki koszykowej, lekarskich. Zabawy i gry będą łączyć w sobie kilka wymiarów: wysiłek fizyczny, integrację uczestników. Wiele z nich będzie miało charakter problemowy. Przede wszystkim jednak doświadczymy w nich mnóstwo zabawy i radości!	Sala do szermierki wejście B poziom -1	18.00-19.00	20 osób/cykl	TAK
Odkryj świat na nowo	b. o.	Jak wygląda świat z zamkniętymi oczami? Poczuj, powąchaj, dotknij, zgadnij! Skorzystaj z niecodziennego spaceru po ścieżce pełnej niespodzianek, sprawdź swoje zmysły i daj się ponieść dziecięcej radości odkrywania świata nieco inaczej...	hol główny na poziomie 0 w Budyńku Głównym	17.00-20.00	bez limitu osób, każdy chętny mile widziany	TAK
Jakim jestem kolorem? Dlaczego mnie nie rozumiesz?	12+	Warsztaty mają na celu poznanie własnego typu temperamentu i zrozumienia innych temperamentów ludzkich. Każdy człowiek jest indywidualnością, co objawia się różnym podejściem do wyzwań życiowych i zachowaniem. Uświadomienie sobie tego faktu z jednoczesnym zrozumieniem, że nie da się go zmienić jest ważnym etapem rozwoju człowieka.	wejście A sala 264	17.00-18.00 18.30-19.30	30 osób/cykl	TAK

Nowy Budynek Dydaktyczny, ul. Królowej Jadwigi 27/39, Poznań					
Zjawiska elektryczne w mięśniach szkieletowych człowieka	10+	Zajęcia praktyczne dotyczące właściwości mięśni szkieletowych człowieka. Po krótkim wprowadzeniu dotyczącym podstaw zjawisk elektrycznych występujących w mięśniach szkieletowych oraz zjawiska drżenia mięśniowego wykonane zostaną 3 pokazy: 1 pokaz różnych elektrod stosowanych do pomiaru aktywności elektrycznej mięśni szkieletowych w badaniach elektrofizjologicznych; 2 pokaz badania elektromiograficznego z mięśni człowieka przy udziale uczestników zajęć; 3 pokaz drżenia fizjologicznego z mięśni człowieka przy udziale uczestników zajęć. Ponadto osoby zainteresowane będą miały możliwość zapoznania się z oryginalnymi zapisami potencjałów czynnościowych i wzorców wyładowań neuronów (komórek nerwowych) przy wykorzystaniu programów komputerowych.	Zakład Neurobiologii, sala 9	17.30-18.15 18.30-19.15	15 osób/cykl TAK
Smacznie, zdrowo, kolorowo	8+	Podczas warsztatów dowiesz się jak ze zdrowych produktów przygotować smaczne i kolorowe przekąski. Przekonaj się, że to co przygotujesz sam w domu może być nie tylko zdrowe, ale również bardzo smaczne, a może nawet jeszcze smaczniejsze.	sala 14 i 17 w nowym budynku dydaktycznym	17.00-18.30 19.00-20.30	20 osób/cykl TAK
Gdzie zaczyna się taktyka w piłce nożnej	12+	Konkurs na trenera kadry narodowej - sprawdź czy masz kwalifikacje. Uczestnicy będą mogli poznać przyczyny zachowań zawodników na boisku podczas meczu piłki nożnej. Każdy będzie mógł sprawdzić swój sposób rozumowania działań piłkarskich poprzez test deklaratywny, a także dowiedzieć się w jaki sposób zawodnik może być oceniany na podstawie świadomości i skuteczności taktycznej.	sala 11 w nowym budynku dydaktycznym	18.00-18.45	30 osób/cykl TAK
Afrykański odlot! Dundun dance sposobem na szczęście i zdrowie!	15+	Zajęcia taneczne, w których łączymy afrykańskie rytmy i kroki taneczne z wybijaniem rytmów pałeczkami na bębnach dundun, co daje rewelacyjną rytmiczną zabawę związaną z poczuciem transu i stanu "flow". Jednocześnie ćwiczymy poczucie rytmu, koordynację ruchową, wytrzymałość i siłę. Dużo potu, dużo zabawy, jeszcze więcej szczęścia. Poznamy klimat Afryki Zachodniej, z której pochodzi ten styl tańca.	hol główny na poziomie -1 w Budynku Dydaktycznym	19.30-20.30	30 osób/cykl TAK
Hala sportowo-dydaktyczna AWF, ul. Królowej Jadwigi 27/39					
Trening Taekwondo z Mistrzem!	7+	Podczas warsztatów uczestnicy będą mieli nie tylko możliwość zobaczenia prawdziwej walki sportowej z udziałem Medalistów Mistrzostw Świata i Europy, ale także odbycia wspólnego treningu oraz spróbowania własnych sił na macie. Koniecznie zabierz ze sobą strój sportowy!	Hala sportowo-dydaktyczna AWF	17.00-17.50 18.00-18.50 19.00-19.50	50 os./cykl TAK
Taniec w interpretacji studentów AWF	12+	Pokaz umiejętności tanecznych z elementami warsztatu tanecznego "Dancing fairPlayce Poznań". Uczestnicy zajęć będą mogli zobaczyć pokaz tańca współczesnego, a także samemu spróbować swoich sił podczas warsztatów.	Hala sportowo-dydaktyczna AWF	20.00-21.00	50 osób/cykl TAK