

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

Filia w Gorzowie Wielkopolskim

Kierunek: Wychowanie fizyczne

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **ANTROPOMOTORYKA**

Kod przedmiotu: **ZWKF_WF_1_O_B.3_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Wychowania Fizycznego
i Sportu**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

dr Piotr Basta

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Piotr Basta

Data opracowania: **15.01.2025 r.**

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 3, semestr 6			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	15	15		
Liczba punktów ECTS	2			

2. Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie z przejawami i uwarunkowaniami motoryki ludzkiej i rozwojem zdolności motorycznych.
C2	Nabycie wiedzy podstawowej z metod diagnozowania sprawności motorycznej, skalami ocen, interpretacją wyników pomiarów.
C3	Nabycie wiedzy o teoriach uczenia motorycznego, klasyfikacji ruchów oraz uczeniu programów motorycznych i technik sportowych.

3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- Ogólna znajomość budowy aparatu ruchowego człowieka, czynności wpływające na rozwój fizyczny i motoryczny człowieka, posługiwanie się siatkami centylowymi, znajomość czynników warunkujących wydolność organizmu.

4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 6)
EK1	ma podstawową wiedzę na temat motoryki człowieka, procesu uczenia motorycznego oraz aspektów rozwojowych człowieka	A1_W1 A1_W2 A1_W5	P6S_WG
EK2	ma umiejętności praktycznego wykorzystania wiedzy z zakresu motoryczności człowieka, kształtowania i pomiaru zdolności motorycznych w wychowaniu fizycznym	A1_U10	P6S_UW
EK3	jest gotowy do samodzielnego przeprowadzenia procesu przygotowania motorycznego w wychowaniu fizycznym	A1_K12	P6S_KR

5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Ruch przejawem życia człowieka. Antropomotoryka jako dziedzina wiedzy i przedmiot dydaktyczny. Zdolności motoryczne.	2
W2	Diagnostyka i diagnozowanie sprawności fizycznej. Koordynacja ruchowa.	2
W3	Sprawność fizyczna i motoryczna.	2
W4	Rozwój ruchowy człowieka w ontogenezie.	2
W5	Uczenie motoryczne jako problem teoretyczny i praktyczny.	2
W6	Pojęcie obciążenia w lekcji wychowania fizycznego, rekreacji i rehabilitacji ruchowej.	2
W7	Genetyka populacyjna. Oceny siły kontroli genetycznej. Odziedziczalność a wytrenowalność – znaczenie praktyczne przy naborze i selekcji do sportu.	3
	Razem	15
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Motoryczność człowieka – strony motoryczności, czynności, działania, predyspozycje, zdolności motoryczne.	2
ĆW2	Zdolności kondycyjne – definicje, rodzaje, predyspozycje, rozwój w ontogenezie, metody pomiaru.	2
ĆW3	Zdolności koordynacyjne – struktura zdolności koordynacyjnych.	2
ĆW4	Zdolności kompleksowe – szybkość, zwinność. Gibkość jako właściwość morfofunkcjonalna.	2
ĆW5	Rozwój motoryczności ludzkiej w ontogenezie.	2
ĆW6	Klasyfikacja ruchów i umiejętności ruchowych. Sterowanie i regulacja ruchem.	2
ĆW7	Determinanty i modyfikatory motoryki człowieka. Niepełnosprawność psychomotoryczna dzieci i dorosłych.	3
	Razem	15

6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną.
M2	Analiza materiałów dydaktycznych.
M3	Prezentacja referatów.
M4	Dyskusja, pogadanka.
M5	Zadania projektowe.

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	30
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	4
Przygotowanie referatu	5
Przygotowanie do sprawdzianu pisemnego	5
Przygotowanie do egzaminu	9
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	55
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Ocena z przygotowania do ćwiczeń.
F2	Sprawdzian pisemny.
F3	Ocena za prezentację referatów.

b. Ocena podsumowująca

P1	Egzamin pisemny.
----	------------------

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Przedmiot kończy się egzaminem pisemnym po VI semestrze.
- Studenta obowiązuje obecność na wykładach i ćwiczeniach oraz aktywność.

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Nie potrafi zdefiniować podstawowych pojęć dotyczących motoryczności i uczenia motorycznego.
na ocenę 3	Posiada umiejętność zdefiniowania podstawowych elementów dotyczących motoryczności i uczenia motorycznego.
na ocenę 4	Posiada umiejętność zdefiniowania właściwej terminologii z zakresu sprawności fizycznej, motoryczności człowieka. Student jest aktywny na zajęciach.
na ocenę 5	Posiada umiejętność zdefiniowania właściwej terminologii z zakresu sprawności fizycznej, motoryczności człowieka. Student jest aktywny na zajęciach, prowadzi dyskusję.

Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Nie potrafi wymienić praktycznych metod wykorzystania wiedzy z zakresu motoryczności człowieka.
na ocenę 3	Potrafi wymienić praktyczne metody wykorzystania wiedzy z zakresu motoryczności człowieka.
na ocenę 4	Student posiada wiedzę z zakresu znajomości budowy aparatu ruchu człowieka, stosowanych testów sprawności motorycznej.
na ocenę 5	Student posiada wiedzę z zakresu znajomości budowy aparatu ruchu człowieka, potrafi w praktyce stosować testów sprawności motorycznej.
Efekt uczenia się EK3	
na ocenę 2	Nie potrafi samodzielnie przygotować procesu przygotowania motorycznego.
na ocenę 3	Posiada wiedzę z zakresu przygotowania procesu przygotowania motorycznego.
na ocenę 4	Posiada wiedzę z zakresu samodzielnego przygotowania i wykorzystania w praktyce procesu przygotowania motorycznego.
na ocenę 5	Posiada wiedzę z zakresu samodzielnego przygotowania i wykorzystania w praktyce procesu przygotowania motorycznego. Ma wiedzę praktyczną z zakresu diagnozowania aktywności fizycznej.

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W1, A1_W2 A1_W5	C1	W1–W7, ĆW– ĆW5	M1, M2, M4	F1, F2, F3
EK2	A1_U10	C2	ĆW1–ĆW3, ĆW6	M1–M4	F1, F2, F3
EK3	A1_K12	C3	ĆW1, ĆW6	M1–M5	F1, F2

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Raczek J., <i>Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie</i> , Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2010.
2.	Fugiel J., <i>Motoryczność człowieka Podstawowe zagadnienia z antropomotoryki</i> , Med-Pharm, 2017.
3.	Drabik J., <i>Testowanie sprawności fizycznej u dzieci, młodzieży i dorosłych</i> , AWF Gdańsk, 1997.
4.	Czabański B., <i>Kształtowanie psychomotoryczne</i> , AWF Wrocław, 2000.

b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Raczek J., <i>Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych</i> , AWF Katowice, 2003.
----	--

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
 (miejscowość, data) (kierownik zakładu) (dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)