*Załącznik nr 1 do zarządzenia Rektora UJK nr 90/2018*

**KARTA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | **0532-1TiR-C2-FC** |
| **Nazwa przedmiotu w języku**  | polskim | **Fizjologia człowieka***Human physiology* |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | **Turystyka i rekreacja** |
| **1.2. Forma studiów** | stacjonarne |
| **1.3. Poziom studiów** | **Pierwszego stopnia licencjackie** |
| **1.4. Profil studiów\*** | praktyczny |
| **1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu**  | dr Ewa Zaczek-Kucharska |
| **1.6. Kontakt**  | tel. 606215757, ewa.zaczek-kucharska@ujk.edu.pl |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Język wykładowy** | **polski** |
| **2.2. Wymagania wstępne\*** | brak |

1. **SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. **Forma zajęć**
 | wykład, konwersatorium |
| * 1. **Miejsce realizacji zajęć**
 | Zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych UJK |
| * 1. **Forma zaliczenia zajęć**
 | egzamin, zaliczenie z oceną  |
| * 1. **Metody dydaktyczne**
 | Wykład informacyjny (konwencjonalny), ćwiczenia |
| * 1. **Wykaz literatury**
 | **podstawowa** | Traczyk Wł. Z., 2000, Fizjologia człowieka w zarysie. Wyd. PZWL, Warszawa.Traczyk Wł. Z., Trzebski A., 2004, Fizjologia człowieka z elementami fizjologii stosowanej i klinicznej. Wyd. PZWL, Warszawa.Eberhardt A. (red.), 2008, Fizjologiczne podstawy rekreacji ruchowej z elementami fizjologii ogólnej człowieka. Wyd. Almamer, Warszawa. |
| **uzupełniająca** | Górski J. (red.), 2001, Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. Wyd. PZWL, Warszawa.McLaughlin D. i wp.aut., 2012, Fizjologia człowieka Wyd. PWN  |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu *(z uwzględnieniem formy zajęć)***

Wykład:C1 - poznawanie przebiegu reakcji fizjologicznych człowieka, C2 – poznawanie budowy anatomicznych człowieka i czynności poszczególnych układów,Konwersatorium:C1 – Nauka umiejętności wykonywania podstawowych badań czynności życiowychC2 – Ukształtowanie umiejętności określania odruchów jako czynności łączących wnętrze organizmu ze światem zewnętrznym. |
| * 1. **Treści programowe *(z uwzględnieniem formy zajęć)***

**Wykłady**1. Budowa i funkcje układu kostnego i mięśniowego (2 godz.).
2. Budowa i funkcje układu pokarmowego (2 godz.).
3. Budowa i funkcje układu oddechowego (2 godz.).
4. Budowa i funkcje układu moczowo-płciowego (2 godz.).
5. Budowa i funkcje układu sercowo-naczyniowego (1 godz.).
6. Budowa i funkcje układu zmysłów (2 godz.).
7. Budowa i funkcje układu nerwowego (2 godz.).
8. Budowa i funkcje układu dokrewnego (2 godz.).

**Konwersatorium**Badanie odruchów ze ścięgien mięśniowych (3 godz.). Wysiłek a czynności mięśni (3 godz.). Badanie czynności oddechowych w zależności od wydychanego CO2 i O2(3 godz.). Odczytywanie wyników badań ze strony układu sercowo-naczyniowo-krwiotwórczego (3 godz.). Określanie wpływu diety na poziom cholesterolu, żelaza i innych czynników (3 godz.). Badanie czynności ze strony narządu zmysłu, oko, ucho, powonienie, smak, czucie powierzchniowe i głębokie (3 godz.). Określenie czynności gonad (3 godz.). Regulacja gospodarki wodno-elektrolitowej (3 godz.). Głód i pragnienie (3 godz.). Odruchy ze strony układu nerwowego. Badanie dermografizmu. Czucie bólu itp. (3 godz.).  |

* 1. **Przedmiotowe efekty uczenia się**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Efekt**  | **Student, który zaliczył przedmiot** | **Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się** |
| w zakresie **WIEDZY:** |
| W01 | wyjaśnia podstawową terminologię w zakresie fizykochemicznych i biologicznych podstaw nauk o człowieku i jego zdrowiu oraz nauk o kulturze fizycznej, na potrzeby turystyki i rekreacji | TIR1P \_W06TIR1P \_W11TIR1P \_W12 |
| w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** |
| U01 | Wykorzystuje podstawową wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii  | TIR1P \_U05 |
| U02 | Planuje, prowadzi i dokumentuje ruchowe zajęcia korekcyjne, działania profilaktyczne, prozdrowotne i inne z uwzględnieniem obowiązujących norm warunków fizjologicznych  | TIR1P \_U05 |
| U03 | opisuje podstawowe pojęcia i mechanizmy psychospołeczne związane ze stanem zdrowia i jego ochroną różnych grup wiekowych w obszarze turystyki i rekreacji | TIR1P \_U05 |
| w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** |
| K01 | Dba o poziom rozwoju fizycznego i sprawności motorycznych i umiejętności ruchowej i ocenia jego stan oraz demonstruje ćwiczenia w procesie rekreacji ruchowej oraz postepowaniu kompensacyjno-korekcyjnym. |  |
| K2 | Jest odpowiedzialny za bezpieczeństwo własne i innych uczestników ruchu turystycznego podczas pracy i pobytu w terenie, a w stanach zagrożenia potrafi podejmować właściwe decyzje |  |
| K3 | Przestrzega zasad etyki zawodowej |  |

|  |
| --- |
| * 1. **Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się**
 |
| **Efekty przedmiotowe*****(symbol)*** | **Sposób weryfikacji (+/-)** |
| **Egzamin ustny/pisemny\*** | **Kolokwium\*** | **Projekt\*** | **Aktywność na zajęciach\*** | **Praca własna\*** | **Praca w grupie\*** | **Inne *(jakie?)*\*** |
| ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** | ***Forma zajęć*** |
| *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* |
| W01 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| U01 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| U02 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| U03 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| K01 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| K02 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |
| K03 | ***X*** |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  |

***\*niepotrzebne usunąć***

|  |
| --- |
| * 1. **Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się**
 |
| **Forma zajęć** | **Ocena** | **Kryterium oceny** |
| **wykład (W)** | **3** | Przedstawia krótką historię anatomii i fizjologii, potrafi wymienić rodzaje układów w odniesieniu do anatomii oraz dać krótką charakteryzację |
| **3,5** | Charakteryzuje budowę anatomiczną układów oraz skrótowo fizjologię |
| **4** | Analizuje budowę i fizjologię układów a także prezentuje podstawową wiedzę w podstawowym zakresie  |
| **4,5** | Opisuje w sposób kompleksowy budowę anatomiczną i czynności narządów wewnętrznych |
| **5** | Opisuje w sposób kompleksowy budowę anatomiczną człowieka oraz fizjologię. Potrafi podejmować dyskusję na tematy fizyczno-biochemiczne z zakresu fizjologii. Jest dobrym prelegentem potrafiącym zdobyć uwagę słuchacza. |
| **konwersatoria (K)\*** | **3** | Posiada podstawową wiedzę na temat ogólnej budowy ciała ludzkiego. Ma ogólne pojęcie o czynnościach życiowych organizmu. |
| **3,5** | Charakteryzuje na poziomie podstawowym poszczególne czynności ze strony organizmu ludzkiego. |
| **4** | Analizuje poszczególne czynności życiowe organizmu ludzkiego. Potrafi dobrze wykonać zalecone czynności przy badaniach. |
| **4,5** | Opisuje i dokonuje w sposób kompleksowy badania określonych fizjologią poszczególnych układów własnego ciała organizmu ludzkiego. Potrafi w sposób ponad dobry przekazać powyższą wiedzę.  |
| **5** | Potrafi w sposób bardzo dobry opisać i dokonać wszystkich programowych treści i czynności. Jest dobrym dyskutantem z zakresu anatomii i fizjologii powyższych treści programowych. |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** |
| **Studia****stacjonarne** | **Studia****niestacjonarne** |
| *LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/* | ***45*** | ***27*** |
| *Udział w wykładach\** | 15 | 9 |
| *Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach\** | 30 | 18 |
| *Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym\** |  |  |
| *Inne (jakie?)\** |  |  |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | ***55*** | ***73*** |
| *Przygotowanie do wykładu\** |  |  |
| *Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium\** | 35 | 43 |
| *Przygotowanie do egzaminu/kolokwium\** | 20 | 30 |
| *Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa\** |  |  |
| *Opracowanie prezentacji multimedialnej\** |  |  |
| *Inne (należy wskazać jakie? np. e-learning)\** |  |  |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***100*** | ***100*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **4** | **4** |

***\*niepotrzebne usunąć***

***Przyjmuję do realizacji*** *(data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)*

 *............................................................................................................................*