

Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie

PRZEDMIOTY KIERUNKOWE	nr w planie studiów	ECTS
Wykład monograficzny z nauk przyrodniczych - Fizjologiczne granice ludzkich możliwości	24	4

Profil kształcenia	ogólnoakademicki	
Wydział / Kierunek	Wychowanie Fizyczne / Wychowanie Fizyczne	
Jednostka organizacyjna	Katedra Nauk Biomedycznych	
Poziom studiów	II^o	
Rok, semestr	II rok, sem. 4	
Język wykładowy	polski	
Tryb studiów	stacjonarne	niestacjonarne
Forma zajęć: wykłady / ćwiczenia	30 / -	18 / -
Forma zaliczenia	Zo4	
Charakter zajęć	fakultatywny	

CELE PRZEDMIOTU

Poznanie mechanizmów adaptacyjnych do wykonywania wysiłków w ekstremalnych warunkach różnego typu (wysokiej i niskiej temperatury, wilgotności, wysokości nad poziomem morza, stref czasowych, itp. Poznanie zasad i podstawowych technik pomiarowych maksymalnych możliwości organizmu człowieka. Poznanie fizjologicznych uwarunkowań uprawiania sportu przez mężczyzny i kobiety. Fizjologiczna analiza efektów adaptacyjnych w różnych warunkach ekstremalnych.

Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Przedmiotowe efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P_W), umiejętności (P_U) i kompetencji społecznych (P_S)	Odniesienie do efektów obszarowych
K_W01	P_W01 Posiada wiedzę dotyczącą fizjologicznych granic ludzkich możliwości, jak mózg postrzega i ocenia rzeczywistość i granice ludzkich zmysłów.	M2_W01,02,04
K_W01 K_W08 K_W09	P_W02 Student zna konsekwencje aktywności fizycznej, posiada także wiedzę na temat czynników środowiskowych na możliwości adaptacyjne, w jaki sposób mózg kontroluje ludzkie zachowania oraz ostrzega przed niebezpieczeństwem.	M2_W01,02 M2_W04 M2_W07,08
K_W01 K_W08 K_W09	P_W03 Posiada wiedzę na temat wpływu różnych czynników endogennych i egzogennych na zdolności adaptacyjne organizmu do wysiłku fizycznego krańcowej wielkości o maksymalnej i supramaksymalnej intensywności. Zrozumieć siłę oddziaływania czynników genetycznych w sporcie.	M2_W01 M2_W02 M2_W04 M2_W07 M2_W08
K_U01	P_U01 Potrafi identyfikować nowe zagrożenia dla rozwoju i stanu zdrowia człowieka w warunkach ekstremalnych.	M2_U02 M2_U07 M2_U08
K_U01	P_U02 Potrafi dobrać odpowiednią dietę i suplementację.	M2_U02,U07,U08
K_U01	P_U03 Potrafi opisać zagrożenia związane z wykonywaniem wysiłków fizycznych w niekorzystnych warunkach wysokiej i niskiej temperatury otoczenia.	M2_U02 M2_U07 M2_U08
K_K01	P_S01 Działa aktywnie w zakresie promocji zachowań profesjonalnych i zawodowych w grupach sportowców amatorów i zawodowców	M2_K08,09

LITERATURA

podstawowa	Fizjologia sportu. K. Birch, D. MacLaren, K. George Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012. <i>Fizjologia sportu dla trenerów</i> –Brian J. Sharkey, Steven Gaskill, Centralny Ośrodek Sportu Warszawa 2013, wyd.1. Fizjologia sportu - Aleksander Ronikier, Centralny Ośrodek Sportu. Centralny Ośrodek Sportu. Warszawa 2001. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. Górski J. (red.) PZWL Warszawa 2013.
uzupełniająca	Artykuły aktualnego piśmiennictwa w czasopismach, dotyczący poruszanych zagadnień.