

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

KARTA PRZEDMIOTU W CYKLU KSZTAŁCENIA 2016-2018

Jednostka Organizacyjna: Katedra Nauk Biologiczno-Medycznych		Zakład Bioenergetyki i Żywienia		Kierunek:		Fizjoterapia	
Rodzaj studiów i profil (I stopień/II stopień, ogólnie akademicki/praktyczny):		II stopnia, profil ogólnie akademicki		Kod przedmiotu:		FIINNmo06	
Nazwa przedmiotu:		<i>MOLEKULARNE I KOMÓRKOWE PODSTAWY TRENINGU ZDROWOTNEGO</i>					
Tryb studiów	Rok	Semestr	Rodzaj zajęć	Liczba godzin	Punkty ECTS	Typ przedmiotu	Język wykładowy
<i>niestacjonarne</i>	II	IV	<i>ćwiczenia</i>	16	2	Fakultatywny	Polski
Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za przedmiot:		dr hab. prof. nadzw. Wiesław Ziółkowski					
e-mail:		wiech@awf.gda.pl					
Wymagania wstępne:							
Znajomość materiału z zakresu biochemii i fizjologii człowieka.							
Cele przedmiotu:							
Celem przedmiotu jest przekazanie wiedzy Studentowi z zakresu podstaw molekularnych treningu zdrowotnego, co ułatwić ma Studentowi bezpieczne i racjonalne planowanie treningu zdrowotnego. Jednocześnie celem przedmiotu jest także nauczenie Studenta sposobu wyszukiwania danych z tego obszaru wiedzy w krajowych i światowych bazach danych, umiejętność ich analizy i interpretacji oraz wyrobienie w sobie nawyku sięgania po informacje źródłowe.							
Opis efektów kształcenia dla przedmiotu oraz ich powiązanie z efektami kształcenia dla kierunku:							
<i>WIEDZA</i>							
W1	Zna i rozumie zagadnienia oraz potrafi posługiwać się terminologią z zakresu wiedzy nauk o zdrowiu, nauk medycznych i kultury fizycznej w odniesieniu do treningu zdrowotnego.					K_W25	

W2	Posiada wiedzę w zakresie doboru różnych form aktywności ruchowej adaptacyjnej w podtrzymywaniu sprawności osób z różnymi dysfunkcjami np. ALS, SEM, cukrzycą itp.	K_W15
<i>UMIEJĘTNOŚCI</i>		
U1	Potrafi formułować problemy badawcze i dobierać adekwatne metody do pozyskiwania danych w odniesieniu do problemu związanego z mechanizmami prozdrowotnego oddziaływania treningu zdrowotnego.	K_U13
U2	Potrafi krytycznie interpretować informacje z piśmiennictwa oraz wyciągać wnioski z badań naukowych dotyczących treningu zdrowotnego.	K_U15
<i>KOMPETENCJE</i>		
K1	Dostrzega potrzebę kreowania zdrowego stylu życia.	K_K10
<p>Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ocena dst</u>: Samodzielne wykonanie i przedstawienie przez Studenta prezentacji na podstawie prac z piśmiennictwa światowego z ostatnich 2 lat, dotyczących omawianych zagadnień—> prezentacja musi zawierać wprowadzenie do omawianego tematu, cel, założenia, metody, materiały, wyniki i wnioski przedstawianych badań. 2. <u>Ocena dobra i bardzo dobra: zaliczenie pisemne</u>: testowe, składający się z 10 pytań- aby uzyskać zaliczenie na ocenę dobrą Student musi uzyskać 60-65% możliwych punktów do zdobycia, zaś na ocenę bardzo dobrą > 70% możliwych punktów do zdobycia. <p>*Aby uzyskać zaliczenie przedmiotu na ocenę dostateczną, student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia*</p>		
Metody i formy realizacji przedmiotu:		
Ćwiczenia audytorjne: dyskusja moderowana, analiza tekstów z dyskusją, zadania w grupach do realizacji.		
Treści kształcenia:		
<p><i>Ćwiczenia:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u ludzi chorych na choroby neurodegeneracyjne mięśni (na przykładzie stwardnienia zanikowego bocznego oraz stwardnienia rozsianego) – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u osób starszych – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u ludzi otyłych – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u ludzi chorych na cukrzycę – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u ludzi chorych na nowotwory – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego u ludzi z problemami układu sercowo-naczyniowego – Molekularne i komórkowe podstawy treningu zdrowotnego: wybrane najnowsze zagadnienia z piśmiennictwa światowego praca w zespołach i dyskusje na tekstem 		

Forma zaliczenia:	Zaliczenie z oceną
Literatura:	
<i>Podstawowa:</i>	
1. Radak Z. (2000) Free radicals in exercise and aging. Champaign, USA: Human Kinetics.	
2. Murray R.K., Granner D.K., Mayes P.A., Rodwell V.W. (1995 lub 2005) Biochemia Harpera. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.	
3. Angielski S., Rogulski J. (1991) Biochemia Kliniczna. Warszawa: PZWL.	
4. Bartosz G. (1995) Druga Twarz Tlenu. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.	
<i>Uzupełniająca:</i>	
1. najnowsze artykułu z zakresu molekularnych i komórkowych podstaw treningu zdrowotnego zamieszczone w bazie PUBMED: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed	
Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):	
<i>Aktywność</i>	<i>Obciążenie studenta</i>
Udział w ćwiczeniach	16 godz.
Przygotowanie się do ćwiczeń	20 godz.
Konsultacje + przygotowanie do testu	10 godz.
Przygotowanie do sprawdzianów praktycznych i teoretycznych	7 godz.
Przygotowanie prezentacji	7 godz.
	Całkowite obciążenie pracą studenta
	60 godz.
	Punkty ECTS za przedmiot
	2 ECTS

Opracował: dr hab. prof. nadzw. Wiesław Ziótkowski

Autor programu: dr hab. prof. nadzw. Wiesław Ziótkowski

Data opracowania: 13.02.2017