



KARTA PRZEDMIOTU

B1 Anatomia

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):	Anatomia, B1
Nazwa przedmiotu (j. ang.):	Anatomy
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne
Poziom studiów:	Studia I stopnia
Profil:	Praktyczny (P)
Forma studiów:	Studia stacjonarne, studia niestacjonarne
Punkty ECTS:	6
Język wykładowy:	polski
Rok akademicki:	2022/2023
Semestr:	1,2
Koordinator przedmiotu:	Dr Łukasz Wojtyczek

Elementy wchodzące w skład programu studiów

Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się dla przedmiotu				
Wykształcenie u studentów umiejętności w zakresie znajomości makroskopowej budowy ciała ludzkiego z podziałem na układy i narządy, roli poszczególnych układów i narządów oraz związku budowy z funkcją (anatomia czynnościowa). Szczególnie uwzględniony jest układ ruchu. Przedmiot ma również przygotować studentów do innych przedmiotów objętych programem studiów (fizjologia, profilaktyka urazów w wychowaniu fizycznym i sporcie, ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne, pierwsza pomoc przedmedyczna i in.)				
Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów:	St. Stacjonarne: Sem.1-wykl. 15 godz., ćw. 15 godz. Sem.2-wykl. 15 godz., ćw. 15 godz. St. niestacjonarne: Sem.1-wykl. 10 godz., ćw. 10 godz. Sem.2-wykl. 10 godz., ćw. 10 godz.			
Opis efektów uczenia się dla przedmiotu				
Kod efektu przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot zna i rozumie/potrafi/jest gotów do:	Powiązanie z KEU	Forma zajęć dydaktycznych	Sposób weryfikacji i oceny efektów uczenia się
B1_W01	Student wie jak zbudowane jest ciało ludzkie, od strony tworzących je	K_W02 K_W03	Wykład, ćw. audytoryjne	Prezentacja ustna, praca pisemna

	układów i narządów.			
B1_W02	Student zna dokładnie budowę układu ruchu oraz jego anatomię czynnościową.	K_W03	Wykład, ćw. audytoryjne	Kontrola wiedzy na podstawie odpowiedzi ustnej
B1_W03	Student potrafi ocenić, które miejsca w ciele ludzkim są szczególnie narażone na urazy w trakcie codziennych czynności, a szczególnie w trakcie wykonywania ćwiczeń fizycznych i uprawiania sportu.	K_W04	Wykład, ćw. audytoryjne	Odpowiedź ustna
B1_U01	Student potrafi wskazać położenie i nazwać poszczególne części ciała ludzkiego ze szczególnym uwzględnieniem kości i mięśni.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Kontrola umiejętności z wykorzystaniem modeli anatomicznych
B1_U02	Student potrafi zaprezentować poszczególne ruchy w stawach i przypisać do nich odpowiednie mięśnie.	K_U01	Wykład, ćw. audytoryjne	Prezentacja wybranych ruchów wykonywanych przez samych studentów
B1_U03	Student potrafi znaleźć charakterystyczne punkty na ciele ludzkim.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
B1_U04	Student potrafi wskazać miejsca na skórze, które odpowiadają położeniu narządów wewnętrznych.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
B1_U05	Student potrafi zlokalizować główne grupy mięśni na kończynach.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
B1_K01	Student ma świadomość poziomu swojej wiedzy, rozumie potrzebę ciągłego doskonalenia oraz	K_K01	Ćw. audytoryjne, konsultacje	Ocena udziału w dyskusji i aktywności na zajęciach

	prowadzenia zdrowego trybu życia.					
B1_K02	Student zachowuje się profesjonalnie, przygotowuje się do zajęć oraz planuje i realizuje swoje działania w sposób odpowiedzialny.	K_K07	Wykład, ćw. audytoryjne	Ocena przygotowania do zajęć, terminowość oddawania prac		
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)						
Całkowita liczba punktów ECTS:(A+B)	6	Stacjonarne		Niestacjonarne		
		Sem.1	Sem.2	Sem.1	Sem.2	
A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć:	Wykład	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.	
	Ćw. audytoryjne	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.	
	w sumie: ECTS	30 g. 1,3	30 g. 1,3	20 g. 1	20 g. 1	
B. Formy aktywności studenta w ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS:	Praca w bibliotece	12 g.	12 g.	10 g.	10 g.	
	Przygotowanie prac pisemnych	8 g.	8 g.	15 g.	15 g.	
	Samodzielne poszerzanie wiedzy	20 g.	20 g.	25 g.	25 g.	
	w sumie: ECTS	40 g. 1,7	40 g. 1,7	50 g. 2	50 g. 2	
C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:	Udział w ćwiczeniach	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.	
	Przygotowanie prac pisemnych	5 g.	5 g.	10 g.	10 g.	
	w sumie: ECTS	20 g. 0,8	20 g. 0,8	20 g. 0,8	20 g. 0,8	

Szczegółowy opis procesu kształcenia

Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć:	Wykłady: Sem.1 1. Przedstawienie przedmiotu, rys historyczny, bibliografia. Ogólna budowa ciała człowieka. Regiony i okolice ciała. Tkanka, narząd, układ. Osie i płaszczyzny ciała ludzkiego.
---	---

2. Układ kostny. Budowa kości, rodzaje, kościec jako całość. Podział kośćca na odcinki. Rodzaje połączeń kości. Budowa stawu.
 3. Czaszka, kręgosłup i klatka piersiowa - kości, stawy, więzadła.
 4. Obręcz kończyny górnej i kończyna górna. Obręcz kończyny dolnej i kończyna dolna - kości, stawy, więzadła.
 5. Układ mięśniowy - rodzaje mięśni, podział, zasady działania.
 6. Układ mięśniowy - topografia, czynność, przyczepy.
 7. Mięśnie poszczególnych części ciała.
 8. Anatomia czynnościowa poszczególnych stawów. Rodzaje ruchów w stawach. Mięśnie agonistyczne, antagonistyczne, synergistyczne. Mięśnie odpowiedzialne za ruchy w poszczególnych stawach.
- Sem.2
9. Układ oddechowy - budowa i zasada działania.
 10. Układ trawienny - budowa i zasada działania.
 11. Układ krwionośny i limfatyczny - budowa i zasada działania.
 12. Centralny układ nerwowy - budowa i zasada działania.
 13. Obwodowy układ nerwowy - budowa i zasada działania. Autonomiczny układ nerwowy - budowa i zasada działania.
 14. Układ gruczołów dokrewnych, układ moczowo-płciowy.
 15. Układ narządów zmysłów i powłoka wspólna.

Ćwiczenia:

Sem.1

1. Układ kostny. Kościec jako całość i podział na odcinki. Rodzaje połączeń kości. Stawy i ich rodzaje.
2. Kręgosłup - budowa i funkcje. Połączenia kręgosłupa.
3. Klatka piersiowa - budowa i funkcje. Połączenia klatki piersiowej.
4. Czaszka - budowa, połączenia czaszki i połączenia z kręgosłupem.
5. Obręcz kończyny górnej i kończyna górna wolna - budowa i połączenia.
6. Obręcz kończyny dolnej i kończyna dolna wolna - budowa i połączenia.
7. Mięśnie głowy i szyi - topografia i czynność.
8. Mięśnie klatki piersiowej - topografia i czynność.
9. Mięśnie grzbietu i brzucha - topografia i czynność.
10. Mięśnie obręczy barkowej - topografia i czynność.
11. Mięśnie ramienia, przedramienia i ręki - topografia i czynność.

	<p>12.Mięśnie obręczy biodrowej - topografia i czynność. Sem.2</p> <p>13.Układ pokarmowy - budowa i funkcja.</p> <p>14.Układ oddechowy - budowa i funkcja.</p> <p>15.Układ krwionośny i limfatyczny - budowa i funkcja.</p> <p>16.Układ moczowy i rozrodczy - budowa i funkcja.</p> <p>17.Układ wydzielania wewnętrznego - budowa i funkcja.</p> <p>18.Ośrodkowy i obwodowy układ nerwowy - budowa i funkcja.</p> <p>19.Receptory i narządy zmysłów - podział, budowa, funkcja.</p> <p>20.Powłoka wspólna - budowa i funkcja.</p>
Metody i techniki kształcenia:	Wykład informacyjny, wykład problemowy, dyskusja, ćwiczenia audytoryjne, pokaz, wykorzystanie podręczników programowych (atlasy anatomiczne), modeli anatomicznych i plansz.
Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu:	Obecność i aktywny udział w zajęciach, przygotowywanie prac pisemnych i prezentacji ustnych. Zaliczenia końcowe po każdym semestrze o charakterze teoretycznym i praktycznym. Zaliczenia poprawkowe w formie ustnej. Dopuszczenie do egzaminu na podstawie pozytywnej oceny z ćwiczeń.
Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa:	Obecność na wszystkich zajęciach jest obowiązkowa. Student ma prawo do jednej nieusprawiedliwionej nieobecności w czasie semestru. Ewentualne następne dwie nieobecności muszą być zaliczone w czasie konsultacji.
Sposób obliczania oceny końcowej:	Sem. 1: ocena z ćwiczeń: 100% Sem. 2: ocena z ćwiczeń: 50%, ocena z egzaminu: 50% Kryteria wystawienia oceny z ćwiczeń: frekwencja-25%, praca pisemna-25%, zaliczenie końcowe-25%, aktywność na zajęciach-25%. Ocena końcowa: oceny z ćwiczeń po 25%, ocena z egzaminu 50%
Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach:	Udział w konsultacjach, samokształcenie w bibliotece, przygotowanie pracy pisemnej.
Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów:	Wiedza z biologii na poziomie szkoły średniej.
Zalecana literatura:	
Podstawowa:	<p>1. Bochenek, A., Anatomia człowieka. Repetytorium. PZWL W-wa. 2014</p> <p>2.Gołąb, B. Podstawy anatomii człowieka. Wyd. Lek.</p>

	<p>PZWL W-wa 2005</p> <p>3. Marecki, B. Anatomia funkcjonalna w zakresie studiów WF. AWF Poznań 2004</p> <p>4. Netter. Atlas anatomii człowieka. Elsevier. Urban and Partner Wrocław, 2008</p> <p>5. Wojtyczek, Ł. Anatomia układu ruchu człowieka z elementami anatomii czynnościowej. PWSZ Krosno, 2015.</p> <p>6. Wojtyczek Ł., Szarłowicz T.: Podstawy fizjologii i anatomii człowieka. PWSZ Krosno 2014</p>
Uzupełniająca:	<p>1. Aleksandrowicz, R. Mały atlas anatomiczny. PZWL W-wa. 2002.</p> <p>2. Feneis H. Ilustrowana anatomia człowieka: mianownictwo międzynarodowe. PZWL 2003</p> <p>3. Michajlik W., Ramotowski W. Anatomia i fizjologia człowieka. PZWL 2003</p> <p>4. Sokołowska-Pituchowa J. (red) Anatomia człowieka. PZWL 2000.</p> <p>5. Sobotta. Atlas anatomii człowieka. Urban & Partner Wrocław 2001.</p>