



## KARTA PRZEDMIOTU

### B1 Anatomia

#### Informacje ogólne

<b>Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):</b>	Anatomia, B1
<b>Nazwa przedmiotu (j. ang.):</b>	Anatomy
<b>Kierunek studiów:</b>	Wychowanie fizyczne
<b>Poziom studiów:</b>	Studia I stopnia
<b>Profil:</b>	Praktyczny (P)
<b>Forma studiów:</b>	Studia stacjonarne, studia niestacjonarne
<b>Punkty ECTS:</b>	6
<b>Język wykładowy:</b>	polski
<b>Rok akademicki:</b>	2021/22
<b>Semestr:</b>	1,2
<b>Koordinator przedmiotu:</b>	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.)				
<b>Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów:</b>	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
<b>B1_W01</b>	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.			
<b>B1_W02</b>	Student zna dokładnie budowę układu ruchu oraz jego anatomię czynnościową.	K_W03	Wykład, ćw. audytoryjne	Kontrola wiedzy na podstawie odpowiedzi ustnej
<b>B1_W03</b>	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
<b>B1_U01</b>	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
<b>B1_U02</b>	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
<b>B1_U03</b>	Student potrafi znaleźć charakterystyczne punkty na ciele ludzkim.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
<b>B1_U04</b>	Student potrafi wskazać miejsca na skórze, które odpowiadają położeniu narządów wewnętrznych.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
<b>B1_U05</b>	Student potrafi zlokalizować główne grupy mięśni na kończynach.	K_U01	Ćw. audytoryjne	Prezentacja na sobie i na modelu anatomicznym
<b>B1_K01</b>	Student ma świadomość poziomu swojej wiedzy, rozumie potrzebę ciągłego doksztalcania oraz	K_K01	Ćw. audytoryjne, konsultacje	Ocena udziału w dyskusji i aktywności na zajęciach

	prowadzenia zdrowego trybu życia.				
<b>B1_K02</b>	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	
<b>Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)</b>					
<b>Całkowita liczba punktów ECTS:(A+B)</b>	6	Stacjonarne		Niestacjonarne	
		Sem.1	Sem.2	Sem.1	Sem.2
<b>A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć:</b>	<b>Wykład</b>	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.
	<b>Ćw. audytoryjne</b>	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.
	<b>Konsultacje</b>	10 g.	10 g.	10 g.	10 g.
	<b>w sumie: ECTS</b>	<b>40 g. 1,7</b>	<b>40 g. 1,7</b>	<b>30 g. 1,3</b>	<b>30 g. 1,3</b>
<b>B. Formy aktywności studenta w ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS:</b>	<b>Praca w bibliotece</b>	10 g.	10 g.	10 g.	10 g.
	<b>Przygotowanie prac pisemnych</b>	5 g.	5 g.	10 g.	10 g.
	<b>Samodzielne poszerzanie wiedzy</b>	15 g.	15 g.	20 g.	20 g.
	<b>w sumie: ECTS</b>	<b>30 g. 1,3</b>	<b>30 g. 1,3</b>	<b>40 g. 1,7</b>	<b>40 g. 1,7</b>
<b>C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:</b>	<b>Udział w ćwiczeniach</b>	15 g.	15 g.	10 g.	10 g.
	<b>Przygotowanie prac pisemnych</b>	5 g.	5 g.	10 g.	10 g.
	<b>w sumie: ECTS</b>	<b>20 g. 0,8</b>	<b>20 g. 0,8</b>	<b>20 g. 0,8</b>	<b>20 g. 0,8</b>

**Dodatkowe elementy (\* - opcjonalnie)**

<b>Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć:</b>	<b>Wykłady:</b> 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>
<b>Metody i techniki kształcenia:</b>	Wykład informacyjny, wykład problemowy, dyskusja, ćwiczenia audytoryjne, pokaz, wykorzystanie podręczników programowych (atlasy anatomiczne), modeli anatomicznych i plansz.
<b>* Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu:</b>	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.
<b>* Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa:</b>	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.
<b>Sposób obliczania oceny końcowej:</b>	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%
<b>* Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach:</b>	Udział w konsultacjach, samokształcenie w bibliotece, przygotowanie pracy pisemnej.
<b>Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów:</b>	Wiedza z biologii na poziomie szkoły średniej.
<b>Zalecana literatura:</b>	
<b>Podstawowa:</b>	<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>
<b>Uzupełniająca:</b>	<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 &amp; Partner Wrocław 2001.</p>