

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.  
BRONISŁAWA CZECHA  
W KRAKOWIE

## KARTA PRZEDMIOTU

*obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2012/2013*

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Gimnastyka korekcyjna  
Odnowa Biologiczna

### 1 PRZEDMIOT

|                                         |                       |
|-----------------------------------------|-----------------------|
| NAZWA PRZEDMIOTU                        | Antropologia          |
| NAZWA PRZEDMIOTU<br>W JĘZYKU ANGIELSKIM | Anthropology          |
| KOD PRZEDMIOTU                          | WFIS16.1 ASB2         |
| KATEGORIA PRZEDMIOTU                    | Przedmioty podstawowe |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS                     | 4.00                  |
| JĘZYK WYKŁADOWY                         | polski                |
| SEMESTRY                                | 3                     |

### 2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

| SEMESTR | WYKŁAD | ĆWICZENIA | ZAJĘCIA<br>LABORATORYJNE | ZAJĘCIA<br>PRAKTYCZNE | SEMINARIUM<br>DYPLOMOWE |
|---------|--------|-----------|--------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 3       | 15     | 0         | 30                       | 0                     | 0                       |



### 3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Przekazanie studentom wiedzy o człowieku jako istocie biospołecznej, żyjącej w określonych warunkach ekologicznych i środowisku społecznym. Poznanie podstawowych prawidłowości rozwoju biologicznego człowieka oraz antropometrycznej metody jego oceny.
- Cel2 Umiejętność przeprowadzania pomiarów antropometrycznych i określania proporcji ciała człowieka oraz oceny przebiegu prawidłowego wzrastania.
- Cel3 Korzystanie z norm rozwojowych i metod oceny wieku rozwojowego.

### 4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 podstawowa znajomość układu kostnego człowieka

### 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: ma wiedzę i zna terminologię z zakresu biologicznego rozwoju człowieka K\_W01; zna metody oceny rozwoju fizycznego K\_W06K\_W01, K\_W06
- EK2 Wiedza: potrafi dokonywać pomiaru podstawowych wskaźników morfologicznej budowy ciała K\_U01 potrafi dokonywać diagnozy rozwoju somatycznego i motorycznego z uwzględnieniem aktualnych standardów rozwoju K\_U05
- EK3 Kompetencje społeczne: potrafi interpretować wyniki podstawowych wskaźników morfologicznych, pozwalających diagnozować stan organizmu, odnosząc je do wartości referencyjnych K\_U10

### 6 TREŚCI PROGRAMOWE

#### WYKŁAD

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                                                                                                                                                       | LICZBA GODZIN |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| W1 | 1. Antropologia jako nauka, definicje antropologii. Główne działy (obszary zainteresowań) antropologii. Antropologia sportowa, główne zagadnienia i tematyka badań.                                                                                                                                                          | 1             |
| W2 | 2. Rozwój biologiczny człowieka a auksologia. Definicje rozwoju, pojęcie ontogenezy Ocena wzrastania i rozwoju morfologicznego dzieci i młodzieży.                                                                                                                                                                           | 1             |
| W3 | 3. Składowe procesu rozwojowego: wzrastanie /rozrost/, różnicowanie, dojrzewanie, poziom, tempo, rytm /rytmiczność/ rozwoju, kinetyka i dynamika rozwoju. Rozwój jako funkcja czynników genetycznych, środowiskowych i czasu. Teoria limitowanego ukierunkowania rozwoju teoretyczne wzorce rozwoju biologicznego człowieka. | 1             |
| W4 | 4. Wielopoziomowy rozwój fenotypowy osobnika w ontogenezie - modele rozwoju. Zmienność międzypersonalną, norma reakcji, norma adaptacyjna.                                                                                                                                                                                   | 1             |
| W5 | 5. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka, ich klasyfikacja. Czynniki endogenne. Dymorfizm płciowy. Czynniki egzogenne. Zróżnicowanie geograficzne i wpływ klimatu oraz wysokości nad poziomem morza na wymiary i procesy rozwojowe. Sezonowa rytmika wzrastania.                                                          | 1             |
| W6 | 6 i 7. Oddziaływanie czynników społeczno-ekonomicznych na wielkość ciała i tempo dojrzewania. Trendy sekularne /tendencja przemian/ i akceleracja rozwoju, przykłady cech, przyczyny zmian.                                                                                                                                  | 2             |
| W7 | 8, 9, 10 i 11. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka kryteria podziału. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka - od noworodka do okresu młodzieńczego.                                                                                                                      | 4             |
| W8 | 12 i 13. Wiek rozwojowy (biologiczny). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego.                                                                                                                                                                                                                                            | 2             |
| W9 | 14 i 15. Normy rozwoju fizycznego jako biologiczne układy odniesienia. Statystyczne zakresy norm.                                                                                                                                                                                                                            | 2             |



## WYKŁAD

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH | LICZBA GODZIN |
|----|--------------------------------------------------------|---------------|
|    | RAZEM                                                  | <b>15</b>     |

## ZAJĘCIA LABORATORYJNE

| LP  | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | LICZBA GODZIN |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| L1  | 1. Organizacja zajęć. Antropometria jako podstawowa metoda stosowana w badaniach rozwoju biologicznego człowieka. Punkty antropometryczne. Cefalometria i somatometria. Przyrządy antropometryczne.                                                                                                                                                                                                                  | 2             |
| L2  | 2. Technika przeprowadzania pomiarów. Praktyczne wykonywanie pomiarów antropometrycznych.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4             |
| L3  | 4. Wskaźniki ilorazowe (antropologiczne), przykłady wskaźników długościowych, szerokościowych i ogólnej budowy ciała Powierzchnia ciała.                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2             |
| L4  | 5. Kształtowanie się wysokości i masy ciała u chłopców i dziewcząt od urodzenia do zakończenia procesu wzrastania na podstawie średnich arytmetycznych i wielkości przyrostów rocznych.                                                                                                                                                                                                                              | 2             |
| L5  | 6. Kierunek i tempo zmian wybranych proporcji ciała u dziewcząt i chłopców.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2             |
| L6  | 7. Kolokwium zaliczeniowe. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka kryteria podziału.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2             |
| L7  | 8. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka: okres noworodka, niemowlęcia, wczesnego dzieciństwa (niezróżnicowanego płciowo). Podstawowe reguły rozwoju motorycznego. Skala Apgar. Odruchy bezwarunkowe noworodka. Wiek płodowy, urodzeniowa długość i masa ciała, zakresy zmienności. Przeciętne dalsze trwanie życia w Polsce w ostatnich latach.                          | 2             |
| L8  | 9. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresu starszego dzieciństwa (zróżnicowanego płciowo) faza prepubertalna, pubertalna, Dojrzewanie płciowe dziewcząt i chłopców. Typowa kolejność (sekwencja zmian) objawów dojrzewania oraz przeciętny wiek ich występowania. Skok pokwitaniowy cech morfologicznych. Wiek oraz wielkość skoku pokwitaniowego a tempo rozwoju. Regulacja hormonalna okresu pokwitania. | 2             |
| L9  | 10. Przebieg i mechanizmy regulacyjne cyklu płciowego kobiety. Wiek występowania menarche w Polsce. Okres młodzieńczy.                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2             |
| L10 | Pojęcie wieku rozwojowego (biologicznego). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego, wiek szkieletowy (kostny) - główne etapy kostnienia kości długich, wiek morfologiczny.                                                                                                                                                                                                                                         | 2             |
| L11 | Wiek zębowy, wiek dojrzałości płciowej - skala Tannera. Czas stosowania poszczególnych metod oceny wieku rozwojowego. Praktyczne znaczenie wieku rozwojowego. 2 godz.                                                                                                                                                                                                                                                | 2             |
| L12 | 13 i 14. Pojęcie norm rozwojowych. Norma jako biologiczny układ odniesienia. Statystyczne zakresy norm. Siatki centylowe, pozycje centylowe. Rodzaje norm rozwojowych. Aktualność norm. Sprawność motoryczna człowieka. Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego.                                                                                                            | 4             |
| L13 | 15. Kolokwium, zaliczenie ćwiczeń.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2             |
|     | RAZEM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>30</b>     |

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Ćwiczenia laboratoryjne



- M2 Praca w grupach
- M3 Praca z podręcznikiem
- M4 Prezentacje multimedialne
- M5 Symulacja laboratoryjna
- M6 Studium przypadku

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

| FORMA AKTYWNOŚCI                                                                                 | ŚREDNIA LICZBA<br>GODZIN NA<br>ZREALIZOWANIE<br>AKTYWNOŚCI |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>                                     |                                                            |
| Godziny wynikające z planu studiów                                                               | 45                                                         |
| Konsultacje przedmiotowe                                                                         | 0                                                          |
| Egzaminy i zaliczenia w sesji                                                                    | 3                                                          |
| Inne                                                                                             |                                                            |
| <b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b> |                                                            |
| Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury                               | 30                                                         |
| Opracowanie wyników                                                                              | 10                                                         |
| Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji                                           | 10                                                         |
| Inne                                                                                             | 0                                                          |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>        | 100                                                        |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU                                                    | 4                                                          |

## 9 METODY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

|    |                                          |
|----|------------------------------------------|
| F1 | Ćwiczenie praktyczne                     |
| F2 | Kolokwium                                |
| F3 | Sprawozdanie z ćwiczenia laboratoryjnego |
| F4 | Projekt indywidualny                     |
| F5 | Portfolio                                |
| F6 | Projekt zespołowy                        |
| F7 | Aktywność na zajęciach                   |

### OCENA PODSUMOWUJĄCA

|    |                                   |
|----|-----------------------------------|
| P1 | Egzamin pisemny                   |
| P2 | Zaliczenie pisemne                |
| P3 | Średnia ważona ocen formułujących |

### WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

|   |                                                                                                                                   |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Uzyskanie powyżej 50% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### KRYTERIA OCENY

| EFEKT KSZTAŁCENIA 1 |                                                                                                                                   |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 3          | Uzyskanie powyżej 50% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |

|                     |                                                                                                                                   |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 4          | Uzyskanie powyżej 70% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| NA OCENĘ 5          | Uzyskanie powyżej 90% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 2 |                                                                                                                                   |
| NA OCENĘ 3          | Uzyskanie powyżej 50% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| NA OCENĘ 4          | Uzyskanie powyżej 70% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| NA OCENĘ 5          | Uzyskanie powyżej 90% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 3 |                                                                                                                                   |
| NA OCENĘ 3          | Uzyskanie powyżej 50% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| NA OCENĘ 4          | Uzyskanie powyżej 70% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |
| NA OCENĘ 5          | Uzyskanie powyżej 90% punktów z kolokwium, zaliczenie ćwiczeń praktycznych, przedłożenie sprawozdania z ćwiczenia laboratoryjnego |

## 10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

| EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU | ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH | CELE PRZEDMIOTU | TREŚCI PROGRAMOWE                                                              | METODY DYDAKTYCZNE | SPOSOBY OCENY        |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|
| EK1                               | K_W01,<br>K_W06,<br>K_U05, K_U10    | Cel1 Cel2 Cel3  | W1 W2 W3 W4<br>W5 W6 W7 W8<br>W9 L1 L3 L4 L5<br>L6 L7 L8 L9 L10<br>L11 L12 L13 | M1 M3              | F1 F2 F3 P1 P2<br>P3 |
| EK2                               | K_W01,<br>K_U01, K_U05,<br>K_U10    | Cel1 Cel2 Cel3  | L2 L12                                                                         | M1 M2 M4 M6        | F1 F3 F4 F5          |
| EK3                               | K_U10                               | Cel3            | L10 L11 L12                                                                    | M2                 | F1 F3 F6 P3          |

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 A. Malinowski i J. Strzałko /red./ — *Antropologia*, Warszawa-Poznań, 1989, PWN
- 2 Charzewski J. i in. — *Antropologia*, Warszawa, 1999, AWF
- 3 Łaska-Mierzejewska T. 1999 — *Antropologia w wychowaniu fizycznym i sporcie*, Warszawa, 1999, COS
- 4 Gołąb S. i M. Chrzanowska /red./ — *Przewodnik do ćwiczeń z antropologii*, Kraków, 2010, AWF

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Jaczewski A. /red./ — *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*, Warszawa, 2001, Wydawnictwo Akademickie "Żak"
- 2 Mięśowicz I. /red./ — *Auksologia. Rozwój biologiczny człowieka i metody jego oceny od narodzin do dorosłości*, Warszawa, 2001, Akademia Pedagogiki Specjalnej



3 Wolański N. — *Rozwój biologiczny człowieka*, Warszawa, 2006, PWN

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

prof. dr hab. Ryszard Żarów (kontakt: wazarow@cyf-kr.edu.pl)

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Janusz Brudecki (kontakt: wabrudec@cyf-kr.edu.pl)

dr Barbara Cichocka (kontakt: wacichoc@cyf-kr.edu.pl)

dr Małgorzata Kowal (kontakt: malgorzata.kowal@awf.krakow.pl)

dr Łukasz Kryst (kontakt: lkryst@poczta.onet.pl)

dr Jan Sobiecki (kontakt: jan.sobiecki@awf.krakow.pl)

dr Agnieszka Woronkiewicz (kontakt: agnieszka.woronkiewicz@awf.krakow.pl)

prof. dr hab. Ryszard Żarów (kontakt: wazarow@cyf-kr.edu.pl)

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

---

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....