

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Antropologia	
114/P/1/ST/A4			Anthropology	
Język wykładowy		j. polski		
Rok akademicki		2026/2027		
Kierunek		Wychowanie fizyczne		
w zakresie		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		Studia I stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		I		
Przynależność do grupy zajęć		A4. Grupa zajęć podstawowych		
Status przedmiotu		obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS
		Wykład	15[h]	2 ECTS
		Zajęcia praktyczne	15 [h]	
		...	...	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		1 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.		0 ECTS
	z dyscypliną	Nauki o Kulturze Fizycznej		2 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		Nie określono		
Jednostka prowadząca		Katedra Kultury Fizycznej		
Koordynator		dr Renata Janiszewska		
Adres strony internetowej pjo		wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		r.janiszevska@urad.edu.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Przekazanie studentom podstawowej wiedzy na temat:- antropologii jako nauki oraz jej działów, celem szerszego zrozumienia problematyki stanowiska człowieka w przyrodzie jako istoty biologicznej i społecznej; - antropometrii (instrumentarium antropometryczne, punkty antropometryczne na ciele człowieka, metody pomiarów ciała ludzkiego, wskaźniki antropometryczne); - rozwoju człowieka w różnych okresach życia oraz zmian niektórych struktur i funkcji wynikających z procesu starzenia się; - zjawiska trendów sekularnych i akceleracji rozwoju biologicznego człowieka; - najpopularniejszych typologii konstytucjonalnych człowieka; - postawy ciała człowieka, czynników ją warunkujących, metod oceny oraz najczęstszych wad postawy.
Treści programowe:	Wykłady 1. Antropologia, jako nauka – główne działy (obszary zainteresowań) antropologii. 2. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka i ich klasyfikacja. 3. Rozwój biologiczny człowieka i jego składowe: wzrastanie (rozrost), różnicowanie, dojrzewanie, poziom, tempo, rytmiczność rozwoju, kinetyka, dynamika rozwoju. 4. Rozwój zarodkowy (zapłodnienie, bruzdkowanie, gastrulacja, histogeneza i organogeneza, błony płodowe, łożysko). 5. Zaburzenia rozwoju wewnątrzłonowego – malformacje rozwojowe. 6. Ontogeneza okresu postnatalnego - okresy: noworodkowy i niemowlęcy. 7. Ontogeneza okresu postnatalnego – okresy: przedszkolny i wczesnoszkolny. 8. Ontogeneza okresu postnatalnego – okresy: pokwitania i młodości. 9. Ontogeneza okresu postnatalnego – okresy: dorosły i dojrzały. 10. Zmiany niektórych struktur i funkcji wynikające z procesów starzenia się organizmu człowieka. 11. Wiek biologiczny człowieka i metody jego oceny. 12. Akceleracja rozwoju, trendy sekularne. Retardacja procesów inwolucyjnych. 13. Postawa ciała człowieka – czynniki warunkujące postawę ciała człowieka (morfologiczne, fizjologiczne, środowiskowe). Zajęcia praktyczne 1. Antropometria i jej działy. 2. Osie, płaszczyzny i linie ciała ludzkiego. Podstawowe instrumentarium antropometryczne. 3. Punkty antropometryczne na ciele człowieka (nazewnictwo, usytuowanie anatomiczne, zastosowanie praktyczne). 4. Somatometria, wykonywanie pomiarów antropometrycznych.

	- Obliczanie wskaźników: wagowo-wzrostowych, proporcji szerokościowych i długościowych, tęgości i otluszczenia. - Ocena własnej budowy ciała wg wybranej typologii (Kretschmera, Sheldona, Wankego). - Zróżnicowanie morfologiczne człowieka. Dymorfizm płciowy i jego przejawy. - Normy rozwoju fizycznego jako biologiczne układy odniesienia. - Wybrane metody oceny postawy ciała. - Najczęstsze wady postawy ciała (wrodzone i nabyte).
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Wykłady informacyjne realizowane z wykorzystaniem technik multimedialnych. Metody ćwiczeniowo-praktyczne realizowane z wykorzystaniem instrumentarium do antropometrii.
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	Wykłady - wymagania Uzyskanie minimum 51% poprawnych odpowiedzi z testu jednokrotnego wyboru, złożonego z pytań o charakterze zamkniętym, z jedną poprawną wersją odpowiedzi. Test obejmuje materiał przekazany podczas wykładów. Zajęcia praktyczne – wymagania Wymagania zaliczeniowe obejmują dwa kryteria: - Uzyskanie minimum 51% poprawnych odpowiedzi z testu złożonego z pytań o charakterze zamkniętym, z jedną poprawną wersją odpowiedzi, sprawdzającego wiedzę i umiejętności praktyczne z antropometrii. - Uczestnictwo i zaangażowanie w zajęcia praktyczne (wykładowca ocenia uczestnictwo na każdych zajęciach poprzez sprawdzenie frekwencji i zaangażowanie w zajęcia, podczas wykonywania pomiarów antropometrycznych). Ostatecznie za drugie kryterium ocena przedstawia się następująco: ocena bardzo dobra (5.0) – regularne uczestnictwo we wszystkich zajęciach praktycznych (100% obecności lub 1 nieobecność usprawiedliwiona), duże zaangażowanie podczas zajęć, duże umiejętności posługiwania się narzędziami pomiarowymi i zgodne z wytycznymi podanymi przez wykładowcę wykonywanie pomiarów, aktywna współpraca z zespołem, pomoc koleżankom i kolegom, którzy mają problemy z posługiwaniem się sprzętem pomiarowym i poprawnym wykonywaniem pomiarów; ocena dobra plus (4.5) – regularne uczestnictwo w zajęciach praktycznych (100% obecności lub 1 nieobecność usprawiedliwiona), duże zaangażowanie podczas zajęć, prawidłowe wykonywanie pomiarów antropometrycznych, dobra współpraca z zespołem; ocena dobra (4.0) – uczestnictwo w większości zajęć praktycznych (1-2 nieobecności usprawiedliwione), zaangażowanie podczas zajęć, poprawne posługiwanie się sprzętem pomiarowym i prawidłowe wykonywanie pomiarów, zachowana współpraca z zespołem; ocena dostateczna plus (3.5) – uczestnictwo w większości zajęć praktycznych (1-2 nieobecności usprawiedliwione), umiarkowane zaangażowanie podczas zajęć, niedokładne wykonywanie pomiarów, wymagające korekty lub pomocy ze strony wykładowcy, zachowana współpraca z zespołem; ocena dostateczna (3.0) – uczestnictwo w większości zajęć (1- 3 nieobecności usprawiedliwione), umiarkowane zaangażowanie podczas zajęć, błędy w wykonywaniu

	<i>pomiarów wymagające pomocy ze strony wykładowcy, czasem przeszkadzanie podczas zajęć, słaba współpraca z zespołem, przejawiająca się brakiem zaangażowania w wykonywanie pomiarów, co znacząco opóźnia pracę całego zespołu;</i> ocena niedostateczna (2.0) – niska frekwencja na zajęciach (3 i więcej nieobecności nieusprawiedliwionych), brak zaangażowania w zajęcia przejawiający się unikaniem wykonywania pomiarów antropometrycznych, częste przeszkadzanie w zajęciach, brak współpracy z zespołem. <i>Nieobecność na zajęciach należy usprawiedliwić w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia.</i> <i>Usprawiedliwioną nieobecność student/studentka zobowiązani są odpracować (najpóźniej tydzień przed zakończeniem semestru) w formie ustnej lub pisemnej (według wskazań prowadzącego).</i> Kryterium ocen dla obu testów: > 50% - ocena niedostateczna 51-60% - ocena dostateczna 61-70% - ocena dostateczna plus 71-80% - ocena dobra 81-90% - ocena dobra plus 91-100% - ocena bardzo dobra
--	---

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi / (K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Zna i rozumie podstawowe zagadnienia antropologii człowieka, biologiczne uwarunkowania budowy organizmu oraz zróżnicowanie morfologiczne człowieka w aspekcie aktywności fizycznej.	K_WG01	Wykład	Egzamin pisemny	Test pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru
W2	Zna i rozumie prawidłowości rozwoju biologicznego człowieka w kolejnych okresach ontogenezy oraz podstawowe metody oceny rozwoju fizycznego i budowy ciała.	K_WG02	Wykład	Egzamin pisemny	Test pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru
W3	Zna i rozumie uwarunkowania prawidłowej postawy ciała, najczęstsze wady postawy oraz podstawowe metody ich oceny i profilaktyki.	K_WG04	Wykład	Egzamin pisemny	Test pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru
U1	Potrafi posługiwać się podstawowym instrumentarium antropometrycznym oraz wykonywać podstawowe pomiary rozwoju fizycznego zgodnie z obowiązującą metodyką.	K_UW01	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Wykonanie pomiarów antropometrycznych z wykorzystaniem instrumentarium oraz ocena poprawności wykonania, test
U2	Potrafi opracowywać i interpretować wyniki podstawowych pomiarów	K_UW02	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Opracowanie i interpretacja

	antropometrycznych oraz wykorzystywać je do oceny rozwoju fizycznego i budowy ciała.				wyników pomiarów antropometrycznych (obliczenie wskaźników i analiza wyników), test
U3	Potrafi doskonalić własne kompetencje w zakresie metod oceny rozwoju fizycznego i antropometrii zgodnie z wymaganiami przyszłej działalności zawodowej.	K_UU11	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Ocena aktywności, systematycznego przygotowania do zajęć oraz prawidłowego wykonywania zadań praktycznych, test
K1	Jest gotów do wykorzystywania wiedzy antropologicznej podczas oceny rozwoju fizycznego człowieka oraz do rzetelnego wykonywania i interpretowania pomiarów antropometrycznych.	K_KK01	Wykład	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja studenta podczas wykonywania pomiarów, ocena rzetelności, odpowiedzialności i współpracy w zespole

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
Literatura podstawowa:	
1. Malinowski A., Janiszewska R., Nowak S., Tuzinek S., Sokołowski M.: Antropologia i antropomotoryka. Wybór zagadnień. Wyd. SILVA RERUM, Poznań 2020. 2. Malinowski A., Janiszewska R., Nowak S., Tuzinek S., Sokołowski M.: Antropologia. Podstawy teoretyczne. Wyd. SILVA RERUM, Poznań 2019. 3. Charzewski J. (red.), Lewandowska J, Łaska-Mierzejewska T, Piechaczek H, Charzewska J, Skibińska A.: Antropologia. AWF Warszawa, 2004. 4. Janiszewska R.: Przewodnik do ćwiczeń z antropologii (dla studentów wychowania fizycznego). Wyd. Politechnika Radomska, Radom, 2006.	
Literatura uzupełniająca:	
1. Wolański N.: Rozwój biologiczny człowieka. PWN Warszawa, 2005. 2. Jopkiewicz A.: Dziecko kieleckie. Normy rozwoju fizycznego. ITE Radom-Kielce, 2000. 3. Jopkiewicz A., Przychodni A., Jopkiewicz A.M., Krzystanek K.: Pozytywne wskaźniki zdrowia dzieci i młodzieży kieleckiej. ITE Radom, 2011. 4. Malinowski A., Bożilow W.: Podstawy antropometrii. Metody, techniki, normy. PWN, Warszawa-Łódź 1997.	

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów		
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]	
	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... wykładach	X	15[h]
Udział w zajęciach praktycznych	X	15[h]
Udział w konsultacjach	X	X
Przygotowanie do zajęć, Przygotowanie do zaliczenia	20 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	20 [h] /0,8 ECTS	30[h] / 1,2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS	

Informacje dodatkowe, uwagi
W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów. Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.