

## Harmonogram i obowiązujący materiał

### Fizjologia 2 - fizjologia wysiłku fizycznego

Wydział Nauk o Zdrowiu

kierunek: Fizjoterapia (1 rok)

rok 2021/2022 (semestr letni)

#### Ćwiczenia niekliniczne:

Ćwiczenia odbywają się w poniedziałki w godzinach 17:00-19:30 na salach Katedry i Zakładu Fizjologii ul. Chałubińskiego 10 (parter).

Zajęcia	Grupa I	Grupa II	Grupa III	Grupa IV	Grupa V	Grupa VI
1	1.03	1.03	5.04	5.04	24.05	24.05
2	8.03	8.03	12.04	12.04	31.05	31.05
3	15.03	15.03	26.04	26.04	7.06	7.06
4	22.03	22.03	10.05	10.05	14.06	14.06
5	29.03	29.03	17.05	17.05	21.06	21.06

#### Ćwiczenia

Ćwiczenia odbywają się we wtorki w godzinach 12:30 – 15:30 w formie stacjonarnej.

1. Wysiłek fizyczny, a wydolność fizyczna
2. Testy oceniające sprawność fizyczną organizmu człowieka
3. Metody oceny wydolności fizycznej i interpretacja ich wyników
4. Wpływ treningu fizycznego na organizm człowieka.
5. Zaliczenie końcowe. Powtórzenie materiału

#### Plan wykładów:

Wykłady odbywają się w terminach 28.02 – 28.03.2022 (poniedziałek) w formie zdalnej 9:45 – 12:45.

1. Fizjologia wysiłku – wprowadzenie
2. Procesy adaptacyjne zachodzące podczas wysiłku fizycznego
3. Fizjologiczne zasady stosowania testów wysiłkowych
4. Wpływ treningu fizycznego na organizm człowieka
5. Wysiłek fizyczny w różnych warunkach środowiskowych

#### Literatura podstawowa:

1. K. Birch, D. MacLaren, K. George. Fizjologia sportu. Krótkie wykłady. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012
2. M. Zatoń, A. Jastrzębska. Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014

#### Literatura uzupełniająca i inne pomoce:

1. J. Górski: Fizjologia Wysiłku i Treningu Fizycznego. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2011
2. S. Kozłowski, K. Nazar: Wprowadzenie do fizjologii klinicznej Wydawnictwo PZWL, Warszawa 1999

Koordinator przedmiotu  
mgr inż. Wojciech Łopusiewicz  
wojciech.łopusiewicz@umed.wroc.pl