

AKADEMIA
WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO

» **Żywnienie
w aktywności
ruchowej**

» **Integracja
sensoryczna**

» **Zdrowotne
aspekty
wschodnich
systemów
relaksacji**

» **Ocena
biologicznego
skażenia gleby**



...www.awf.poznan.pl

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO

ul. Królowej Jadwigi 27/39
61-871 Poznań
tel. 061 835 50 00, fax 061 833 00 87
e-mail: rektor@awf.poznan.pl

Najstarsza w Polsce uczelnia o profilu pedagogiczno-sportowym (1919 r.) kształci specjalistów dla potrzeb wychowania fizycznego, sportu, fizjoterapii oraz turystyki i rekreacji na 3 kierunkach: WF, fizjoterapia, turystyka i rekreacja na studiach dwustopniowych stacjonarnych i niestacjonarnych. Studenci mogą realizować część studiów na 36 uniwersytetach europejskich w ramach programu LLP-Erasmus. Prowadzi 4-letnie studia doktoranckie, podyplomowe oraz liczne kursy instruktorskie. Posiada prawo habilitowania.

Wydział Wychowania Fizycznego

Kierunek Fizjoterapia

Kierunek Wychowanie Fizyczne

Studia I stopnia - specjalność: instruktor sportu, fitness, turystyka szkolna

Studia II stopnia - specjalność: nauczycielska z elementami organizacji i zarządzania sportem, nauczycielska z elementami sportu dla osób niepełnosprawnych, nauczycielsko - trenerska

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek Turystyka i Rekreacja

Studia I stopnia - specjalność: dietetyka w turystyce i rekreacji, ekoturystyka, hotelarstwo, obsługa ruchu turystycznego, rekreacja, turystyka kulturowa,

Studia II stopnia - specjalność: animacja czasu wolnego, turystyka zrównoważona, turystyka międzynarodowa

Zamiejscowy Wydział Kultury Fizycznej w Gorzowie Wlkp.

Kierunek Wychowanie Fizyczne

Na zainteresowanych aktywnością sportową czekają sekcje sportowe Klubu Sportowego AZS AWF. Przyszli naukowcy mogą rozwijać swoje pasje badawcze w 12 Studenckich Kołach Naukowych. Kochających taniec i ruch zapraszamy do studenckich zespołów tańca nowoczesnego i ludowego. Studenci i absolwenci mogą liczyć na pomoc aktywnie działającego Biura Karier.

Studia na AWF to znakomity pomysł na karierę zawodową!

www.awf.poznan.pl

16 PAŹDZIERNIKA 2008

**ZNACZENIE AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ
W CHOROBAH METABOLICZNYCH
POKAZ BADANIA WYDOLNOŚCIOWEGO
Z UŻYCIEM PRZENOŚNEGO
SYSTEMU OXYCON MOBILE**

prof. dr hab. Tadeusz Rychlewski
Ośrodek Nauki PAN,
ul. H. Wieniawskiego 17/19,
sala 312, godz. 13.30-14.00

➤ Kontakt: prof. dr hab. Tadeusz Rychlewski

OBLICZA BÓLU

dr hab. Maciej Pawlak
Ośrodek Nauki PAN,
ul. H. Wieniawskiego 17/19,
sala 312, godz. 14.00-14.30

Kontakt: dr hab. Maciej Pawlak
tel. 061 835 51 03

➤ e-mail: pawlak@awf.poznan.pl

17 PAŹDZIERNIKA 2008

**ZDOBYWAMY AKADEMICKIE KOMPETENCJE
W ZAKRESIE TURYSTYKI, RUCHU I ZDROWIA**

W dniu 17 października 2008 roku od godz. 9.30 po przyjeździe na teren AWF (w holu głównym) osoby zainteresowane otrzymują program uczestnictwa w zajęciach, który jednocześnie będzie pełnił funkcję indeksu studenckiego. W programie zostaną umieszczone 22. moduły zajęć (każde zajęcia trwają 30 min., 60 min. lub 90 min.). Uczestnicy biorący udział w zajęciach otrzymują ich zaliczenie poświadczone

wpisem do indeksu. Zdobyć 10 modułów poświadczonych wpisami do indeksu uprawnia do zaliczenia pełnego kursu dydaktycznego „Zdobywamy Akademickie Kompetencje” - nagrodą jest koszulka AWF-u. Zdobyć 5 modułów poświadczonych wpisem uprawnia do zaliczenia niepełnego kursu i uzyskanie nagrody w postaci znaczka AWF-u. Każdy uczestnik indywidualnie wybiera zajęcia w których chce uczestniczyć. W ramach zajęć można będzie uczestniczyć:

- a) w dwóch wykładach akademickich,
- b) sześciu zajęciach ćwiczeniowych
- c) dwóch spacerach dydaktycznych po Poznaniu (historyczny i przyrodniczy).

Cały projekt zostanie zrealizowany w ciągu 4 godzin. Po zajęciach odbędzie się krótkie spotkanie towarzyskie, a w jego trakcie nastąpi zaliczenie kursu przez Pełnomocnika Rektora ds. Studenckiego Ruchu Naukowego oraz zostaną wręczone symboliczne nagrody.

Uczestnicy.

Młodzież szkół średnich, młodzież akademicka, dorośli i osoby w starszym wieku. Wskazane byłoby, aby uczestnicy przyszedli na zajęcia w stroju, który umożliwi nieskrępowane uczestnictwo w zajęciach ćwiczeniowych. Zajęcia będą prowadzone przez studentów - członków kół naukowych Wydziału Turystyki i Wydziału Wychowania Fizycznego oraz pracowników naukowych, którzy są opiekunami kół.

WYKŁADY

MODUŁ 1 [30 MIN.]: ŻYWIENIE W AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

Wykład dotyczyć będzie zasad żywienia w sporcie. Omówione zostaną problemy zapotrzebowania energetycznego, rola makro- i mikroskładników, żywienie podczas treningu i zawodów, suplementacja oraz diety alternatywne.

prof. dr hab. Wojciech Chalcarz,
Zakład Żywności i Żywienia
Akademia Wychowania Fizycznego,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, Aula, godz. 10.00-10.30

MODUŁ 1 [30 MIN.]: ZDROWOTNE ASPEKTY WSCHODNICH SYSTEMÓW RELAKSACJI

W trakcie wykładu zaprezentowane zostaną wybrane aspekty zdrowotne zastosowania jogi i tai chi w odnowie psychosomatycznej.

dr Renata Śleboda,
Zakład Metodyki Wychowania Fizycznego,
Akademia Wychowania Fizycznego,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, Aula, godz. 13.00-13.30

ĆWICZENIA

MODUŁ 1 [30 MIN.]: OCENA STABILNOŚCI POSTURALNEJ

Wykorzystanie aparatury Delos Postural System (Platforma Równowagi (DEB) i Kontroler Pionu (DVC)) do oceny statycznej

i dynamicznej kontroli postawy (trening stabilności postawy i równowagi poprzez czucie zmysłów).

mgr Dominik Kaczmarek,
Zakład Kinezyterapii,
dr Patrycja Rąglewska,
Zakład Fizykoterapii i Odnowy Biologicznej,
Akademia Wychowania Fizycznego,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, s. 274, godz. 11.30-12.00

MODUŁ 1 [30 MIN.]:
POMIAR STABILOMETRYCZNY
I OKREŚLANIE RZUTU ŚRODKA CIĘŻKOŚCI

Obiektywna metoda oceny stanu czynnościowego narządu równowagi człowieka przez centralny nacisk stóp na podłoże (odwzorowujący rzut środka ciężkości na płaszczyznę podstawy).

mgr Lech Furmaniuk,
Zakład Kinezyterapii,
Akademia Wychowania Fizycznego,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, s. 287, godz. 11.30-12.00

MODUŁ 2 [30 MIN.]:
PORADNICTWO ŻYWIENIOWE I DIETETYCZNE

Konsultacje żywieniowe dotyczyć będą chorób dietozależnych i wybranych dyscyplin sportowych. Prowadzone będą przez członków Naukowego Koła Żywienia Człowieka, studentów II roku specjalności. Dietetyka w turystyce i rekreacji oraz pracowników naukowych Zakładu Żywności i Żywienia.

prof. Wojciech Chalcarz,
Zakład Żywności i Żywienia

**Akademia Wychowania Fizycznego,
Droga Dębińska 7, godz.10.30-11.30**

**MODUŁ 2 [60 MIN.]:
NORDIC WALKING
- AKTYWNOŚĆ RUCHOWA DLA KAŻDEGO**

Praktyczne przedstawienie sposobu posługiwania się kijami NORDIC WALKING oraz zabawy i ćwiczenia z wykorzystaniem NORDIC WALKING nad Wartą .

**Marta Wawrzyniak,
SKN Psychologii AWF
Nad Wartą, od strony AWF-u, godz. 10.30-11.30**

**MODUŁ 2 [60 MIN.]:
POZNAWANIE GENOMU CZŁOWIEKA**

Zapoznanie z podstawowymi technikami badania DNA (PCR, SSCP) oraz prezentacja specjalistycznego sprzętu stosowanego w tym celu.

**mgr Katarzyna Krych-Garsztko,
Laboratorium Genetyczne
Zakładu Biologii i Ochrony Środowiska
Laboratorium Genetyczne ZbiOŚ AWF,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, godz. 10.30-11.30**

**MODUŁ 2 [60 MIN.]:
OCENA BIOLOGICZNEGO SKAŻENIA GLEBY**

Pokaz laboratoryjnych metod badań dotyczących stopnia biologicznego skażenia gleby przy użyciu wyspecjalizowanego sprzętu laboratoryjnego.

dr Wojciech Jarosz,
Laboratorium Badań Środowiskowych
Zakładu Biologii i Ochrony Środowiska
Laboratorium Badań Środowiskowych ZBiOŚ AWF,
ul. Królowej Jadwigi 27/39, godz. 11.30-12.30

MODUŁ 2 [60 MIN.]:
ZABAWY I GRY RUCHOWE DLA WSZYSTKICH

Propozycja tradycyjnych zabaw ruchowych oraz gier drużynowych z małą i dużą piłką. Pokonywanie toru trialu rowerowego.

dr Renata Śleboda,
dr Magdalena Król-Zielińska,
dr Jacek Tarnas,
Zakład Metodyki Wychowania Fizycznego
HALA Sportowa AWF,
ul. Droga Dębińska, godz. 12.00-13.00

MODUŁ 2 [60 MIN.]:
INTEGRACJA SENSORYCZNA

Propozycje ćwiczeń usprawniających i normalizujących systemy zmysłowe. Opowieść ruchowa „Wycieczka w góry” oraz ocena postawy ciała.

dr Ewa Koprowiak,
Zakład Pedagogiki
HALA Sportowa AWF,
ul. Droga Dębińska, godz. 12.00-13.00

WOKÓŁ AWF – MIEJSCA MNIEJ LUB BARDZIEJ ZNANE W INNEJ WERSJI DZIŚ POZNANE

Wyprawa trzema trasami w celu historyczno-rekreacyjno-turystycznym.

**MODUŁ 3 [90 .MIN.]:
POZNAJEMY HISTORYCZNE TAJNIKI ULICY
KRAKOWSKIEJ, RYBAKI ORAZ PÓŁWIEJSKIEJ**

Trasa 1., godz. 10.30-12.00

dr Izabela Wyszowska,

Zakład Kulturowych Podstaw Turystyki

**MODUŁ 3 [90 MIN.]:
PRZYRODA WOKÓŁ NAS - KLIN DĘBIŃSKI**

Trasa 2., godz. 12.00-13.30

dr Aleksandra Machnik,

Zakład Ochrony Środowiska Przyrodniczego

**MODUŁ 3 [90 MIN.]:
REKREACYJNE TRADYCJE
UŻYTKOWANIA DOLINY WARTY**

Trasa 3., godz. 11.30-13.00

dr Iwona Miedzińska,

Zakład Syntez Krajobrazowych

DEGUSTACJA I PODSUMOWANIE

prof. dr hab. W. Chalcarz,

prof. dr hab. S. Kowalik

godz. 13.30 -14.00