Akademia Pożarnicza w Warszawie
Wydział Inżynierii Bezpieczeństwa i Ochrony Ludności
Karta przedmiotu 2024 - 2027

semestr 3

Chronofizjologia

Chronophysiology

profil	praktyczny
kierunek	bezpieczeństwo i higiena pracy
poziom	pierwszego stopnia
program	NP-BHP: studia niestacjonarne pierwszego stopnia na kierunku bezpieczeństwo i higiena pracy
forma studiów	niestacjonarne
ECTS	3
koordynator	st. bryg. dr inż. Anna Prędecka

forma zajęć: wykład

godzin	9
wymagania wstępne	Znajomość podstawowych pojęć z bezpieczeństwa i higieny pracy
cele	Podstawowym celem kształcenia jest wyposażenie studentów w podstawową wiedzę i umiejętności z zakresu chronofizjologii pracy. Stworzenie podstaw do właściwej interpretacji literatury przedmiotu i samodzielnej analizy istniejących problemów.
metody	Wykład – prezentacja multimedialna.
praca własna	Studiowanie literatury, przygotowanie do zaliczenia przedmiotu.
literatura podst.	Zrozumieć pracujących w nocy. Elementy chronofizjologii/ Zużewicz K., Prędecka A.- Wydawnictwo SGSP, Warszawa 2021 r. Inżynieria ergonomiczna. [Cz. 1 i 2]. Teoria / red. Edwin Tytyk. - Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Ergonomia pracy kierowcy pojazdu ciężkiego / Paweł Bartuzi. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Fizjologiczne kryteria zdolności do pracy fizycznej osób starszych : wydatek energetyczny / Joanna Bugajska. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2010. Zasady i wymagania związane z materialnym środowiskiem pracy/Wiesława M. Horst i in.- Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Dobór środków ochrony indywidualnej / red. Katarzyna Majchrzycka, Adam Pościk. CIOP, 2007. Zarys fizjologii wysiłku fizycznego : podręcznik dla studentów / red. Bożena Czarkowska-Pączek, Jacek Przybylski, Wrocław 2010.
literatura uzupeł.	Ocena obciążenia psychofizycznego nauczycieli i pracowników administracji szkoły / Andrzej Najmiec, Tomasz Tokarski. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Oddziaływanie środowiska termicznego na organizm człowieka / Anna Bogdan, Anna Marszałek, Joanna Bugajska, Magdalena Zwolińska. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Ograniczanie dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego osób niepełnosprawnych na stanowiskach montażystów i operatorów / Tomasz Tokarski. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Praktyczne aspekty projektowania ergonomicznego w budowie maszyn / Endler Aleksandra Kawecka, Beata Mrugalska. - Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Praca w zimnym środowisku a wiek pracownika / Anna Marszałek. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2010.

treści	godziny
Zegar biologiczny człowieka.	1
Praca w różnych porach doby. Definicje pracy zmianowej i pory nocnej.	1
Problemy związane z akceptacją pracy zmianowej i nocnej.	2
Skutki fizjologiczne pracy.	1
Działania służące poprawie tolerowania pracy zmianowej i nocnej.	1
Metody stosowane w badaniu obciążenia pracą zmianową i nocną.	1
Zdolność do pracy - czynniki warunkujące, wskaźniki zdolności do pracy. Zmęczenie - przyczyny, postacie, konsekwencje, sposoby ograniczania.	1
Zaliczenie	1

forma zajęć: ćwiczenia

godzin	9
wymagania wstępne	Znajomość podstawowych pojęć z bezpieczeństwa i higieny pracy.
cele	Podstawowym celem kształcenia jest wyposażenie studentów w podstawową wiedzę i umiejętności z zakresu chronofizjologii pracy. Stworzenie podstaw do właściwej interpretacji literatury przedmiotu i samodzielnej analizy istniejących problemów.
metody	Ćwiczenia – studium przypadku, metoda problemowa. Samodzielne opracowanie wskazanych zagadnień (rozwiązanie problemu), publiczna prezentacja.
praca własna	Studiowanie literatury, przygotowanie do publicznej prezentacji.
literatura podst.	Zrozumieć pracujących w nocy. Elementy chronofizjologii/ Zużewicz K., Prędecka A.- Wydawnictwo SGSP, Warszawa 2021 r. Inżynieria ergonomiczna. [Cz. 1 i 2]. Teoria / red. Edwin Tytyk. - Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Ergonomia pracy kierowcy pojazdu ciężkiego / Paweł Bartuzi. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Fizjologiczne kryteria zdolności do pracy fizycznej osób starszych : wydatek energetyczny / Joanna Bugajska. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2010. Zasady i wymagania związane z materialnym środowiskiem pracy/Wiesława M. Horst i in.- Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Dobór środków ochrony indywidualnej / red. Katarzyna Majchrzycka, Adam Pościk. CIOP, 2007. Zarys fizjologii wysiłku fizycznego : podręcznik dla studentów / red. Bożena Czarkowska-Pączek, Jacek Przybylski, Wrocław 2010.
literatura uzupeł.	Ocena obciążenia psychofizycznego nauczycieli i pracowników administracji szkoły / Andrzej Najmiec, Tomasz Tokarski. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Oddziaływanie środowiska termicznego na organizm człowieka / Anna Bogdan, Anna Marszałek, Joanna Bugajska, Magdalena Zwolińska. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Ograniczanie dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego osób niepełnosprawnych na stanowiskach montażystów i operatorów / Tomasz Tokarski. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2012. Praktyczne aspekty projektowania ergonomicznego w budowie maszyn / Endler Aleksandra Kawecka, Beata Mrugalska. - Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, 2011. Praca w zimnym środowisku a wiek pracownika / Anna Marszałek. - Warszawa : Centralny Instytut Ochrony Pracy - Państwowy Instytut Badawczy, 2010.

treści	godziny
Racjonalny wypoczynek.	2
Fizjologiczne zasady organizacji pracy.	1
Znaczenie deficytu snu dla efektywności pracy.	1
Wiek jako determinant zdolność do pracy z uwzględnieniem wymagań dla pracy młodocianych i osób starszych.	1
Płeć jako czynnik modyfikujący zdolność do pracy - warunki pracy dla kobiet.	1
Fizjologia pracy umysłowej.	1
Model matematyczno-statystyczny analizy i opisu rytmów dobowych.	1
Zaliczenie	1