13-15 czerwca

SPORT. Na zdrowie!

FESTIWAL NAUKI

Uniwersytet Zielonogórski już po raz **dwunasty** jest organizatorem **Festiwalu Nauki** – tym razem pod hasłem ***Sport. Na zdrowie!*** Dlatego też w tym roku – po raz pierwszy od lat – impreza odbędzie się nie w centrum miasta, a na stadionie uniwersyteckim przy ul. Wyspiańskiego 58 w Zielonej Górze i będzie trwała trzy dni – od 13 do 15 czerwca 2015 r.

Tradycją stało się już, że patronat honorowy nad Festiwalem objęli: Minister Nauki i Szkolnictwa Wyższego – prof. Lena Kolarska-Bobińska, Marszałek Województwa Lubuskiego – Elżbieta Anna Polak, Wojewoda Lubuski – Katarzyna Osos i Prezydent Miasta Zielona Góra – Janusz Kubicki.

Ze względu na bogaty program tegoroczna edycja imprezy została rozszerzona o jeden dzień i rozpoczyna się zmaganiami sportowymi już w sobotę (13 czerwca). Tego dnia przede wszystkim zapraszamy do wzięcia udziału w **Teście Coopera (godz. 11.00 – 15.00)** – Test Coopera to próba wytrzymałościowa, która ma na celu sprawdzenie swojej kondycji fizycznej. Polega na pokonaniu jak najdłuższego dystansu w ciągu 12 minut. Można biec, maszerować, skakać, byle pieszo. Testowi można poddać się niezależnie od wieku, dlatego zapraszamy do rodzinnego udziału w tym bardzo popularnym teście na wytrzymałość!!!

Rozegrany zostanie także **Turniej piłki nożnej o Puchar Rektora UZ,** współorganizowany z Akademią Piłkarską Falubaz Zielona Góra. Natomiast wielki finał sobotnich wydarzeń to **mecz piłki nożnej: Uniwersytet Zielonogórski vs. Medyk Konin.** Uczelnię reprezentować będą studenci i pracownicy dydaktyczni, natomiast przeciwniczki, to drużyna z tytułem Mistrza Polski, grająca w Lidze Europejskiej.

W niedzielę, drugiego dnia Festiwalu, także na uniwersyteckim stadionie, powstanie miasteczko naukowe. Będzie można do niego dojechać **autobusem MZK (bezpłatnie)**. Tam przedstawiciele wszystkich wydziałów Uniwersytetu Zielonogórskiego zapraszają do udziału w warsztatach i pokazach przygotowanych specjalnie na tegoroczny Festiwal.

Wydział Artystyczny proponuje warsztat ***NUMBER ONE***, gdzie będzie można wykonać barwne koszulki, w technice sitodruku zdobione motywami sportowymi i rekreacyjnymi.

Na stoisku **Wydziału Budownictwa, Architektury i Inżynierii Środowiska** będzie można wziąć udział w testach sprawnościowych (test siły) i charakterystyce biometrycznej oraz zawodach w budowaniu mostów z nietypowych materiałów.

Wydział Ekonomii i Zarządzania pokaże jak ukończyć bieg maratoński wykorzystując funkcje zarządzania. Będzie też można wziąć udział w pokazie ćwiczeń rozgrzewających i rozciągających. Projekt adresowany jest zarówno dla tych, którzy myślą o rozpoczęciu biegania, jak i tych, którzy już biegają.

Wydział Elektrotechniki, Informatyki i Telekomunikacji udowodni, że komputer może posłużyć nie tylko do rozrywki, ale stać się osobistym trenerem czy nawet terapeutą, który pomoże realizować ćwiczenia.

Wydział Fizyki i Astronomii uzmysłowi nam, iż fizyka jest wszechobecna – również w sporcie, a prezentowane pokazy będą między innymi związane z oddziaływaniami, oporami ruchu, sprężystością ciał – zjawiskami, z którymi spotyka się każda osoba uprawiająca sport.

W propozycjach **Wydziału Humanistycznego** zaznajomimy się ze sportem w życiu zielonogórzan i historią olimpiad. Zobaczymy też jak funkcjonuje dziennikarstwo sportowe oraz poznamy śląską legendę o Liczyrzepie. Nie zabraknie gier i zagadek dla dzieci, zarówno w języku polskim, jak i niemieckim.

Wydział Matematyki, Informatyki i Ekonometrii ma propozycję zarówno dla gości indywidualnych, jak i kilkuosobowych zespołów (mile widziane całe rodziny). Uczestnicy otrzymają do wykonania zadania, które będą umieszczone w różnych miejscach stadionu.

Wydział Mechaniczny zaprezentuje szkielet anatomiczny, na którym zostaną zamontowane najważniejsze implanty wprowadzane do żywego organizmu. Systemy stabilizacji będą drukowane na żywo za pomocą drukarki 3D. Będzie też można sprawdzić swoje zdolności manualne na trenażerze laparoskopowym – urządzeniu używanym podczas **zabiegów implantacji.**

Wydział Nauk Biologicznych zaprezentuje możliwości współpracy psa i kota z człowiekiem. Będzie też można uzyskać porady behawioralne oraz obejrzeć pokaz wybranych konkurencji psich sportów. Festiwalowi goście będą się mogli raczyć ożywczymi naparami z „energodajnych" roślin.

Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu zaprasza na gry i zabawy dla najmłodszych, którzy wykonają m.in. makietę zdrowego stylu życia oraz stworzą własne prace plastyczne w różnych technikach. Pokazana zostanie też nauka aktywnego spędzania czasu wolnego.

Wydział Prawa i Administracji zaprasza na porady prawne z zakresu prawa cywilnego, prawa karnego czy prawa pracy. Będzie można też wziąć udział w „zdrowych kalamburach".

Jak co roku nie zabraknie na Festiwalu Nauki **Pracowni Pielęgniarstwa**. Wiodący motyw pielęgniarskiego projektu to propagowanie zdrowego stylu życia, głównie poprzez ruch. Będzie też można skontrolować poziom cukru we krwi oraz zmierzyć ciśnienie tętnicze.

Warto też obejrzeć wystawy towarzyszące festiwalowi. Bardzo interesująco zapowiada się wystawa fotografii eksperymentalnej dotyczącej rejestracji fotograficznej ruchu ludzkiego ciała pt. ***FOTOGRAFIA –ruch uchwycony***.

Zapraszamy również na **wykłady otwarte**. O ***Aspektach prawnych dopingu w sporcie*** będzie mówił **dr Piotr Jóźwiak,** specjalista prawa karnego i sportowego, wiceprezydent Leszna. Natomiast o ***Zdrowiu seksualnym Polaków*** opowie **prof. Zbigniew Izdebski** z Wydziału Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Zielonogórskiego.

O tym, że warto dbać o swoje zdrowie i kondycję fizyczną nie trzeba nikogo przekonywać, ale warto jest sprawdzić stan swojego organizmu. Będzie można to zrobić w **namiocie pomiarowym (*W dobrej kondycji z RPO*)**, który również stanie na uniwersyteckim stadionie. Będzie tam można poddać się pomiarom m.in.: **składu ciała, antropologicznemu, otłuszczenia, dynamometrycznemu siły kończyn dolnych na platformie, pomiarowi siły ręki, skoczności** (skok dosiężny), **równowagi/koordynacji czy pomiarowi wydolności**. Będzie to także okazja do zaprezentowania działań promocyjnych programu, który zapewnia rozwój gospodarczy regionu, ale także dba o jakość życia Lubuszan.

Organizatorzy

FESTIWAL NAUKI

sobota 13 czerwca 2015 r. – Stadion UZ przy ul. Wyspiańskiego 58

10.00-14.00	***Turniej piłki nożnej Akademii Piłkarskiej Falubaz o Puchar Rektora UZ***
11.00-15.00	***Test Coopera***
16.00-17.00	***Mecz piłki nożnej: Uniwersytet Zielonogórski vs. Medyk Konin (Mistrzynie Polski w Piłce Nożnej Kobiet)***

niedziela 14 czerwca 2015 r. – Stadion UZ - ul. Wyspiańskiego 58

Darmowy dojazd na stadion **specjalnym, festiwalowym autobusem MZK** trasą linii nr 8 od ul. Zawadzkiego (pętla) do ul. Wyspiańskiego (pętla).
Godziny odjazdu z ul. Zawadzkiego: – 11.30, 12.30, 13.30, 14.30 i 15.30 (ostatni kurs);
Godziny odjazdu z ul. Wyspiańskiego: – 11.59, 12.59,13.59, 14.59 15.59 (ostatni kurs).

	Wykłady otwarte – Katedra Wychowania Fizycznego, ul. Wyspiańskiego 58, sala 101	
13.00-14.00	***Aspekty prawne dopingu w sporcie*** – **dr Piotr Jóźwiak** (specjalista prawa karnego i sportowego, wiceprezydent Leszna). Koordynacja wykładu: Wydział Prawa i Administracji.	
14.00-15.00	***Zdrowie seksualne Polaków – prof. Zbigniew Izdebski*** (Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu)	
	Pokazy – STADION UNIWERSYTECKI przy ul. Wyspiańskiego	
12.00-17.00	***NUMBER ONE*** Projekt polegać będzie na wykonaniu barwnych koszulek, w technice sitodruku zdobionych motywami sportowymi i rekreacyjnymi (w szeroko rozumianym aspekcie, np. rozgrywki szachowe, modelarstwo, żeglarstwo). Matryce zostaną przygotowane w warunkach studyjnych, zaś drukowanie ich nastąpi w trakcie akcji festynowej w postaci otwartej prezentacji.	Wydział Artystyczny
	Wpływ warunków meteorologicznych na aktywność fizyczną ludzi. Stań w szranki, zbuduj most! W ramach projektu przeprowadzone zostaną wywiady i ankieta wśród mieszkańców Zielonej Góry na temat aktywności fizycznej w zależności od pory roku, wieku i płci. Festiwalowi goście zapoznają się z przysłowiami i aforyzmami na temat: zdrowie-sport. Przeprowadzony zostanie także quiz (na skojarzenia nazwisk sportowców ze światem przyrody, prognozy pogody w przysłowiach). Odbędą się też testy sprawnościowe (test siły) i charakterystyka biometryczna. Kolejnym punktem warsztatów będą zawody w budowaniu mostów. Do dyspozycji będzie makaron typu spaghetti, papier kserograficzny, bezbarwna taśma klejąca oraz nici do szycia. W ramach projektu będzie też można obejrzeć dwie wystawy: *Architektura obiektów sportowych* oraz *Zielonogórską mapę aktywności* połączoną z prezentacją.	Wydział Budownictwa, Architektury i Inżynierii Środowiska
	Jak ukończyć bieg maratoński wykorzystując funkcje zarządzania Biegi długodystansowe w Polsce cieszą się coraz większym zainteresowaniem i to bez względu na wiek, płeć, czy sprawność fizyczną. Wiele osób dochodzi do wniosku, że bieganie może być skutecznym sposobem na poprawę wyników w pracy, zachowanie zdrowia, dobrego samopoczucia czy wspaniałej sylwetki. Często jednak przygodę z bieganiem zaczynamy bez właściwego planowania, brakuje nam motywacji czy w końcu mamy problemy z kontrolą naszych poczynań. Pochopne i nie przygotowane działania prowadzić mogą do kontuzji i zniechęcenia. Celem projektu jest podpowiedzenie, jak biegać z „głową". Oznacza to wykazanie związku pomiędzy funkcjami zarządzania takimi, jak planowanie, organizowanie, motywowanie i kontrolowanie a zdolnością do ukończenia biegu maratońskiego. Projekt będzie realizowany w następujących etapach: • prezentacja doświadczeń osób, które biorą udział w biegach długodystansowych i świadomie korzystają w trakcie przygotowań doń, z rozwiązań wypracowanych przez nauki o zarządzaniu, • praktyczny pokaz ćwiczeń rozgrzewających i rozciągających, • wymiana z gośćmi festiwalowymi doświadczeń w zakresie: planowania biegu długodystansowego, zarówno od strony treningu, jak i samego startu, organizowania związanego z przygotowaniem zaplecza sprzętowego czy wsparcia najbliższych, uruchomienia wewnętrznej i zewnętrznej motywacji, w tym uporania się z problemem przysłowiowej „ściany" podczas maratonu oraz kontroli postępów i osiąganych wyników w zakresie długości biegu i uzyskanego czasu. Projekt adresowany jest zarówno dla tych, którzy myślą o rozpoczęciu biegania, jak i tych którzy już biegają	Wydział Ekonomii i Zarządzania
	Na sportowo i po zdrowie z komputerem Przysłowiowe siedzenie przed komputerem z pewnością nikomu nie wychodzi na zdrowie. Jednakże postęp techniki sprawia, że komputer może posłużyć nie tylko do rozrywki, po której można nabawić się kłopotów ze zdrowiem. W projekcie zostanie pokazana przykładowa aplikacja współpracująca z domowym komputerem, wyposażonym w dodatkowe urządzenie o nazwie Kinect for Windows. Pozwala ono na śledzenie sylwetki ćwiczącego przed komputerem i weryfikację wykonywanych ćwiczeń. Każde ćwiczenie jest dodatkowo oceniane, więc można potraktować ich wykonywanie, jako kolejną grę, gdzie zdobywa się punkty i dba o kondycję fizyczną oraz zdrowie. Tym razem nie tylko na ekranie komputera, ale i w rzeczywistości. Pokażemy, iż komputer/konsola może stać się domowym trenerem, czy nawet terapeutą, który pomoże realizować ćwiczenia.	Wydział Elektrotechniki, Informatyki i Telekomunikacji

12.00-17.00	***Sportowiec to fizyk, czy fizyk to sportowiec?*** Każdy z nas uprawia jakiś sport, ale czy ktokolwiek zastanawiał się nad tym, jak istotną rolę odgrywa w nim fizyka? We współczesnym sporcie zawodowym obowiązuje dewiza *„szybciej, wyżej, silniej”*. Lecz dzisiaj trudno rozsądzić kto był szybszy, czy kto dalej skoczył. Bez fizyki i techniki nie byłoby to możliwe. Dlatego stosowane są: fotokomórki, kamery do ultraszybkich zdjęć, atomowe zegary towarzyszące sprinterom, laserowe dalmierze pozwalające określić zwycięzcę rzutu oszczepem. To najbardziej znane przykłady zastosowania fizyki w sporcie. Nowoczesna aparatura pomiarowa i treningowa pomaga sportowcom również poza areną. Podczas treningów, dzięki aparaturze fizyko-medycznej, pomiarów kinetyki i dynamiki mierzy się wydajność i siłę mięśni, jakość wymiany tlenu i wiele innych procesów biofizycznych zachodzących w organizmach sportowców. Wszystkie dziedziny sportu czerpią pełnymi garściami z fizyki: tkaniny z włókien odprowadzających pot i zatrzymujących ciepło, wytrzymalsze i bardziej sprężyste tyczki, opony o zwiększonej przyczepności, absorpcja fal wytwarzanych przez pływaków na basenie, lżejsze i jednocześnie wspomagające ruch buty, itp. Dlatego na Festiwalu Nauki podczas prezentowanych doświadczeń chcemy zwrócić uwagę na to, że fizyka jest wszechobecna w sporcie, a prezentowane pokazy będą między innymi związane z oddziaływaniami, oporami ruchu, sprężystością ciał – zjawiskami, z którymi spotyka się każdy sportowiec i każda osoba uprawiająca sport. Odwiedzający będą mogli spróbować samodzielnie swych umiejętności. Przygotowane doświadczenia pozwolą na zbadanie jak ułożenie ciała wpływa na prędkość łyżwiarza. Uczestnicy Festiwalu Nauki znajdą odpowiedź na pytanie: Czy opór powietrza ma wpływ na ruch? Co sprzyja, a co przeszkadza w bieganiu? Jazda na rowerze dostarcza nam często dużej przyjemności, choć nie zawsze zdajemy sobie sprawę dlaczego jesteśmy w stanie utrzymać równowagę. Jakie zjawisko jest za to odpowiedzialne i gdzie jeszcze się je wykorzystuje. Co to jest środek ciężkości doskonale wiedzą gimnastycy akrobatyczni. Zwiedzający będą mogli samodzielnie sprawdzić jak trudno uzyskać i utrzymać równowagę pozornie prostych przedmiotów połączonych ze sobą w niecodzienny sposób. Również w niecodzienny sposób zostanie zaprezentowana siła sprężystości powszechnie stosowana w sprzęcie sportowym. **Przy sprzyjających warunkach będzie można obserwować aktywność słońca.**	Wydział Fizyki i Astronomii
	Sport und Deutsch. Spiele und Rätsel für Kinder. Sport po niemiecku. Gry i zagadki dla dzieci Zadaniem projektu jest połączenie poprzez gry i zabawy dwóch różnych dyscyplin: języka niemieckiego i sportu. Związane z tematyką sportową zagadki, quizy, krzyżówki, kolorowanki oraz zabawy ruchowe przeznaczone są dla dzieci w wieku od 3 do 15 lat. Poziomy trudności gier i konkursów dostosowany będzie do odpowiednich grup wiekowych.	Wydział Humanistyczny
	Sport w życiu Zielonogórzanina. Od starożytnych olimpiad i antycznych sportów po dzisiejsze olimpiady Na planszach zostanie zaprezentowana historia sportu, historia olimpiad od starożytności po współczesność. Na zdjęciach zobaczymy sport w Zielonej Górze oraz olimpijczyków z regionu (woj. lubuskie). Przeprowadzone zostaną także konkursy. Na tablicach korkowych przygotowane zostaną mapy świata z zaznaczonymi datami i miejscami olimpiad, wymienionymi dyscyplinami sportowymi i miejscami medalowymi Polaków. Przy stoisku będą eksperci historii olimpiad. Studenci wraz z najmłodszymi będą za pomocą rysunków przedstawiać różne dyscypliny sportowe z Zielonej Góry. Będzie można obejrzeć także wystawę dyscyplin sportowych na przestrzeni dziejów.	Wydział Humanistyczny
	Dolnośląskie manufaktury porcelany jako mecenas sportu i turystyki Na wystawie przedstawione zostaną zdjęcia obrazujące funkcjonowanie dolnośląskich wytwórni porcelany związane ze wspieraniem społecznej aktywności sportowej i turystycznej oraz propagowaniem aktywności prozdrowotnych. Oprócz zdjęć zobaczymy realne przedmioty wykonane z ceramiki i porcelany (produkty manufaktur śląskich) służące popularyzacji aktywności sportowo-turystycznej lub honorowaniu sukcesów na płaszczyźnie sportowej rywalizacji. Wystawa zorganizowana we współpracy Instytutu Filologii Germańskiej, Centrum Transferu Kultury Europejskiej oraz Śląskiej Fundacji Społeczno-Kulturalnej DOMUS SILESIA.	Wydział Humanistyczny
	Rübezahl (Liczyrzepa) w Krainie Sportu Celem projektu jest zapoznanie dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym ze śląską legendą o Liczyrzepie (niem. Rübezahl) w powiązaniu z zabawami ruchowymi w ramach małej formy teatralnej, przedstawiającej przygody Ducha Gór. Dodatkowym elementem będzie przedstawienie różnych wizerunków Liczyrzepy w formie ekspozycji zdjęciowej oraz konkurs rysunkowy „Rübezahl (Liczyrzepa) w Krainie Sportu”. Projekt organizowany we współpracy Instytutu Filologii Germańskiej, Centrum Transferu Kultury Europejskiej oraz Śląskiej Fundacji Społeczno-Kulturalnej DOMUS SILESIA.	Wydział Humanistyczny
	Sport, polityka i fundusze unijne Będzie można zobaczyć największe i najciekawsze projekty zrealizowane przy udziale funduszy unijnych na sport i rekreację w latach 2004-2014. W projekcie uwzględnione zostaną w szczególności inwestycje w Województwie Lubuskim. Na mapie zaznaczane będą przez uczestników Festiwalu obiekty sportowe. A najmłodsi będą mogli kolorować obrazki. Odbędzie się też konkurs dotyczący obiektów w województwie lubuskim.	Wydział Humanistyczny
	Dziennikarstwo sportowe Festiwalowi goście będą mogli wziąć udział z zadaniach i konkursach: Co mówią komentatorzy sportowi?, Jaki sport uprawia ten sportowiec? oraz w quizie dotyczącym sportu w Zielonej Górze. Ponadto zobaczymy wystawę zaprojektowanych przez studentów plakatów z ciekawostkami na temat sportu.	Wydział Humanistyczny

12.00-17.00	***Brak aktywności fizycznej, czyli co można wymienić w człowieku?*** Celem projektu jest przedstawienie dwóch obszernych dziedzin inżynierii biomedycznej – implantologii oraz obrazowania medycznego. Obie dziedziny zajmują się leczeniem oraz rekonstrukcją urazów człowieka nabytych wskutek braku aktywności fizycznej, wypadków sportowych lub nieprawidłowego wykonywania ćwiczeń. Podczas Festiwalu na szkielecie anatomicznym zamontowane zostaną najważniejsze implanty wprowadzane do żywego organizmu, których wygląd nie jest ogólnie znany. Systemy stabilizacji będą drukowane na żywo za pomocą drukarki 3D. Planuje się wytworzenie m.in.: • implantów kręgosłupowych, kości twarzoczaszki; • systemów stabilizacji nadgarstka, stopy, stawu biodrowego. Dodatkowo uczestnicy Festiwalu zostaną zapoznani i będą mogli sprawdzić swoje zdolności manualne na trenażerze laparoskopowym – urządzeniu używanym w implantologii.	Wydział Mechaniczny
	Jak się ruszamy? – czyli komputer w roli osobistego trenera Celem projektu jest przedstawienie prostych metod analizy ruchu człowieka podczas ćwiczeń. Podczas Festiwalu odbędzie się pokaz dwóch stanowisk do ćwiczeń fizycznych. Pierwszy dotyczy ćwiczeń na maszynie eliptycznej, które może wykonać każda osoba chcąca wziąć udział w badaniu. Jednocześnie ruch osoby będzie monitorowany przez czujnik ruchu Asus Xtion Pro (http://proline.pl/?p=ASUS+XTION+PRO) celem wizualizacji tegoż ruchu na ekranie komputera. Stanowisko pozwoli zaprezentować możliwości śledzenia ruchu w celu obiektywnej oceny np. prawidłowości wykonywania ćwiczeń.	Wydział Mechaniczny
	Pies na zdrowie! Kot na zdrowie! Pies domowy (Canis familiaris) to najstarsze udomowione zwierzę i od wielu tysięcy lat jest nieodłącznym towarzyszem człowieka. Podobnie kot (Felis catus), który przypuszczalnie był znany jako zwierze domowe już ponad 5 tysięcy lat temu, wiernie towarzyszy człowiekowi. Celem projektu jest prezentacja możliwości współpracy pies-człowiek oraz kot-człowiek, analiza zależności, interpretacja zachowań, zapobieganie niewłaściwym sytuacjom oraz ich uwarunkowania genetyczne i nabyte. W ramach prezentacji można będzie uzyskać porady behawioralne dla kota i psa, przedyskutować nurtujące tematy, a także zobaczyć pokaz wybranych konkurencji psich sportów w wykonaniu m.in. złotej medalistki 2014 w konkurencji Rally – obedience (Rally – O). W projekcie weźmie udział treser psów, zoopsycholog, instruktor pozytywnego szkolenia psów i kotów oraz zoopsycholog.	Wydział Nauk Biologicznych
	Wystawa fotograficzna - Pies na zdrowie! Kot na zdrowie! Zapraszamy do obejrzenia pokonkursowej wystawy fotograficznej organizowanej przez Wydział Nauk Biologicznych UZ. Zdjęcia będzie można obejrzeć również po Festiwalu, w kolejnych dniach, w holu budynku Wydziału Nauk Biologicznych.	Wydział Nauk Biologicznych
	Rośliny, które dodają energii – prawda i mity Świat roślin to około 500 tysięcy gatunków. W złożonych ekosystemach stanowią grupę producentów. Dla ludzi stanowią pokarm, leczą i to co jest również bardzo istotne - wspierają ich siły witalne. O „energodajnych" właściwościach roślin wiemy od dawna, bo przecież tradycja picia zielonej herbaty, czy też stosowanie wyciągu z żeń-szenia sięgają tysięcy lat. Przygotowany pokaz ma na celu właśnie pokazanie tej grupy roślin, które dodają nam energii. Na planszach przedstawione zostaną rośliny, które są naturalnym źródłem związków wspomagających nasz organizm. Wyjaśnione zostanie, która roślina ma najwięcej kofeiny, jaki napój pozyskany w oparciu o materiał rośliny należy spożywać, aby zachować energię, aktywność i zwiększyć koncentrację, które jagody dadzą nam siłę niedźwiedzia i długość życia sekwoi, czy też co zdecydowanie podniesie wydajność organizmu i będzie przeciwdziałało zmęczeniu. Obalone zostaną także mity dotyczące spożywania kawy i herbaty. Autorzy projektu spróbują przekonać odwiedzających, że naturalne źródła dostarczające nam energii, np. napój z aronii czy też napar z yerba mate są bardziej efektywne niż „chemia z puszki" w postaci napojów energetyzujących. Na stoisku, oprócz ciekawych plansz, zgromadzona zostanie jak największa liczba roślin „energodajnych", a strudzeni spacerowicze będą się mogli raczyć ożywczymi naparami.	Wydział Nauk Biologicznych
	W zdrowym ciele – zdrowy duch – pokaz doświadczalny, warsztaty – zabawy i gry dla dzieci Projekt w oparciu o założenia pedagogiki zabawy jest przeznaczony głównie (choć nie tylko) dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Jego głównym celem jest uwrażliwianie dzieci na problematykę dbania o zdrowie swoje i innych oraz możliwości spędzania czasu wolnego. W czasie warsztatów wykonywana zostanie makieta zdrowego stylu życia, będzie można wziąć udział w grach edukacyjnych (w zdrowym ciele, zdrowy duch), grach i zabawach ruchowych. Dzieci będą mogły tworzyć prace plastyczne (ozdabianie ramek do zdjęć, pudełek oraz masek, tworzenie biżuterii i „drzewek szczęścia" z kolorowych koralików, itp.) z zastosowaniem różnego rodzaju materiałów.	Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu
	W zdrowym ciele, zdrowy duch – praca socjalna, a zdrowie fizyczne i psychiczne rodzin Na stoisku zaprezentowana zostanie mapa informacyjna o instytucjach pomocowych w Zielonej Górze. Powstanie punkt informacyjny, w którym każdy chętny będzie mógł dowiedzieć się, jakie są w naszym regionie instytucje pomocowe, czym się zajmują i dla kogo są stworzone. Pokazana zostanie nauka spędzania aktywnie czasu wolnego, uświadomienie rodzin o istocie znaczenia zdrowego odżywiania. Odbędzie się quiz na temat zdrowego żywienia oraz warsztaty animacyjne dla rodzin. Stworzone zostanie także drzewo zdrowia w formacie 3D.	Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu

12.00-17.00	***Ruch i dieta życie w taniec zmienia*** Projekt przygotowany przez **Pracownię Pielęgniarstwa**, która bierze udział w kształceniu przyszłych pielęgniarek w oparciu o standardy mające na celu zwiększanie świadomości społecznej w aspekcie zdrowia. Naczelnym wyzwaniem nowoczesnego pielęgniarstwa stały się działania promujące zdrowy styl życia przyczyniający się do zwiększenia odpowiedzialności za własne zdrowie i życie. Dlatego wiodącym motywem projektu będzie propagowanie zdrowego stylu życia, głównie poprzez ruch. Projekt będzie zawierał kilka modułów podzielonych na grupy wiekowe oraz jeden łączący pokolenia. Będzie można m.in. spalić kalorie poprzez: naukę prostych układów tanecznych oraz ćwiczeń relaksacyjnych i fitness. Przygotowana zostanie makieta z tabelą produktów żywnościowych w połączeniu z aktywnością fizyczną potrzebną na spalenie zawartych w nich kalorii. Będzie też można skontrolować poziom glikemii we krwi oraz zmierzyć ciśnienie tętnicze i uczyć się prawidłowego pomiaru ciśnienia tętniczego. Ponadto kontynuowana będzie nauka resuscytacji krążeniowo-oddechowej na fantomie. Projekt zostanie wzbogacony o wystawę, w której planowane jest zawarcie istotnych elementów mających wpływ na kształtowanie się „nowoczesnego" pielęgniarstwa.	Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu
	Z prawem za pan brat Na stoisku prowadzone będą porady prawne dla festiwalowych gości z zakresu prawa cywilnego, prawa karnego i prawa pracy. Będzie też można wziąć udział w „zdrowych kalamburach". Odbędzie się także rodzinny marsz nordic walking w biretach (trasa około 12 km). „Biletem wstępu" (nie obowiązkowym) na marsz jest puszka lub worek karmy dla psów lub kotów, które przekazane zostaną schronisku dla bezdomnych zwierząt w Zielonej Górze.	Wydział Prawa i Administracji
	Monster & Devices Home Na pokazie będzie można zobaczyć zastosowanie nowych technologii w dzisiejszym sporcie, m.in. ekran dotykowy. Łącząc naukę i zabawę stworzone zostanie narzędzie, dzięki któremu każdy będzie mógł „pobawić się" w Jacka Gmocha. (analizy meczowe na dużym ekranie tworzone przez ruchy rękoma po dostosowanej powierzchni).	Akademicki Inkubator Przedsiębiorczości
	Patents Factory LTD. Na pokazie zaprezentowane zostanie wysokiej jakości wideo, które przy kompresji nie traci na jakości. Pozwala dostrzec to, czego wcześniej nie widzieliśmy. Wyobraźmy sobie zdjęcie całych trybun pełnych ludzi, a teraz wyobraźmy sobie, że dzięki Patents Factory możemy zrobić zbliżenie na twarz każdego kibica z osobna i zobaczyć jakie właśnie wyraża emocje. Zaprezentowany zostanie także komputer, który pomaga strzelcowi trafić dokładnie w cel. W czasie rzeczywistym analizuje takie parametry jak np. położenie broni, temperaturę powietrza, ciśnienie, prędkość wylotową.	Akademicki Inkubator Przedsiębiorczości
	NewShape Firma zaprezentuje wydruki 3D oraz na bieżąco będzie pokazywać jak działa taka drukarka. Będzie można m.in. wydrukować gadżet z logo swojego ulubionego klubu sportowego czy zapoznać się z tworzeniem figur 3D. NewShape powie nam również czym jest eSport.	Akademicki Inkubator Przedsiębiorczości
	Agencja Reklamowa Loko Na Festiwalu Nauki pokaże jak można promować sport i zdrowy tryb życia.	

DODATKOWE ATRAKCJE NA STADIONIE

12.00-17.00	***W dobrej kondycji z RPO – namiot pomiarowy*** Na stadionie uniwersyteckim stanie namiot pomiarowy pod hasłem *W dobrej kondycji z RPO*. Festiwalowi goście będą mogli poddać się pomiarom, m.in.: składu ciała, antropologicznemu, otłuszczenia, dynamometrycznemu siły kończyn dolnych na platformie, pomiarowi siły ręki, skoczności (sok dosiężny), równowagi/koordynacji czy pomiarowi wydolności. Będzie to także okazja do zaprezentowania działań promocyjnych programu, który zapewnia rozwój gospodarczy regionu, ale także dba o jakość życia Lubuszan.	
	Strefa AZS Uniwersytetu Zielonogórskiego Na murawie stadionu powstaną mini – boiska do gier zespołowych. Przez cały czas trwania Festiwalu, będzie można wziąć udział w różnego rodzaju mini meczach. Koordynować te działania będą sportowcy z Klubu Uczelnianego Akademickiego Związku Sportowego UZ. Dyscypliny z jakimi się spotkamy to: **12.00-13.00** – boccia **12.00-17.00** – strzelectwo **13.00-14.00** – piłka nożna **14.00-15.00** – rugby **15.00-16.00** – piłka ręczna **16.00-17.00** – siatkówka Na stadionie nie zabraknie atrakcji dla najmłodszych uczestników Festiwalu. Studenci z Katedry Wychowania Fizycznego i Sportu zorganizują tor przeszkód dla dzieci, na którym najmłodsi będą się mogli wykazać sportowymi umiejętnościami.	
	Otwarty Turniej Szachowy o Puchar Rektora UZ Turnieje szachowe towarzyszą Festiwalowi Nauki UZ już od 2010 roku. Otwarty Turniej Szachowy o Puchar Rektora UZ pierwszy raz odbył się w roku 2013 i dzięki swojej dużej popularności, szybko stał się kluczową imprezą Festiwalu. W tym roku odbędzie się trzecia edycja tego Turnieju. Wzorem wcześniejszych rozgrywek uczestnicy będą mogli zapisać się do jednej z dwóch grup wiekowych, tj. grupy młodszej (uczniowie szkół podstawowych i młodsi) oraz grupy starszej. Wszyscy uczestnicy otrzymają pamiątkowe nagrody, a zwycięzcom poszczególnych grup zostaną wręczone puchary.	
	Urban_body Działanie performatywne w przestrzeni miejskiej. Polegać będzie na prezentacji kilku improwizowanych akcji performatywno-ruchowych, które odbywać się będą na Stadionie.	Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu

12.00-17.00

FOTOGRAFIA – ruch uchwycony **- Katedra Wychowania Fizycznego, ul. Wyspiańskiego 58**

Wystawa fotografii eksperymentalnej dotyczącej rejestracji fotograficznej ruchu ludzkiego ciała. Fotografia, jako narzędzie mające z założenia nieruchome utrwalenie „punktu zdarzenia", dzięki różnym technikom i narzędziom, posłużyła do „zamknięcia" w obrazie, nieuchwytnych dla ludzkiego oka elementów ruchu.

Fotografie wykonane są w tradycyjnej technice bromosrebrowej przy użyciu różnych typów aparatów fotograficznych (średnio i wielkoformatowych) oraz sprzętu skontrowanego przez studentów specjalnie do eksperymentów z fotografią ruchu.

Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu

Stoisko promocyjne PGNiG SA – mecenasa sportu

Podczas Festiwalu swoje stoisko zaprezentuje **PGNiG SA**, sponsor Festiwalu, który jest mecenasem także wielu dyscyplin sportowych, m.in. polskiej piłki ręcznej jako jej Sponsor Strategiczny. Dla uczestników Festiwalu spółka przygotowała konkursy i krzyżówki związane ze szczypiornistami. Do wygrania m.in. koszulka lub piłka z autografami kadry narodowej. Dla spragnionych wiedzy praktycznej przygotowano nie lada gratkę. Wszyscy, którzy odwiedzą stoisko PGNiG SA Oddziału w Zielonej Górze będą mieli niepowtarzalną okazję przekonać się, jak pachnie ropa i jak się ją wydobywa. Za pomocą binokularu będzie można przyjrzeć się próbkom skał, w których zgromadzony jest gaz ziemny. Do dyspozycji uczestników festiwalu będzie również hełm ratowniczy i maska tlenowa używane przez ratowników górniczych. Atrakcją będzie również sympatyczna maskota Gazusia.

PGNiG SA

Stoisko promocyjne UZ

Biuro Promocji UZ

DODATKOWE ATRAKCJE NA SCENIE I PRZED SCENĄ

12.00-12.30	***Pokazy sztuki walki*** (kickboxing, elementy K1,walki uliczne).
12.30-12.45	***Pokaz judo (AZS)***
12.45-13.00	***Pokaz capoeira (AZS)***
13.00-13.30	***Taniec współczesny*** (z czynnym udziałem publiczności)
13.30-14.00	***Pokaz inscenizacji walki ulicznej***
14.00-14.30	***Mini Maraton ZUMBY*** (z czynnym udziałem publiczności)
14.30-15.00	***Pokaz rock'n'roll'a akrobatycznego*** w wykonaniu trzykrotnych Mistrzów Świata: **Anny Miadzielec i Jacka Tarczyło** (studentów wychowania fizycznego UZ) oraz pokazy dziecięce
15.00-15.30	***Mini Maraton ZUMBY*** (z czynnym udziałem publiczności)
15.30-16.00	***Taniec towarzyski***
16.00-16.45	***Akrobatyka*** - skoki na trampolinie (z czynnym udziałem przechodniów)

BIBLIOTEKA UNIWERSYTECKA – AL. WOJSKA POLSKIEGO 71

11.00-16.00

Biblioteka zdrowo na sportowo z Regionalnym Programem Operacyjnym

Jeśli chciałbyś zostać maratończykiem, ale zadyszka chwyta Cię już po pierwszych 200 metrach biegu, przyjdź do biblioteki! Nasz maraton pokonasz bez trudu!

Program:

Efekt Mozarta - wpływ muzyki na poziom inteligencji. Koncert **Duo Monczak** w Galerii Biblioteki Uniwersyteckiej, **godz. 14.30-16.00.**

Sport mistrzów - wystawa plakatów o tematyce sportowej z kolekcji zbiorów specjalnych Biblioteki Uniwersyteckiej. Sala katalogowa, parter, **godz. 11.00-16.00.**

Rydwany, bicykle, bobsleje… Czytelnia Czasopism zaprasza na sportowe zmagania na zakurzonych szpaltach, III piętro, **godz. 11.00-16.00.**

Biblioteczne domino - bez książki ani rusz. Baw się z nami. Sala katalogowa, parter, **godz. 12.00.**

Z Chińczykiem po bibliotece - papierowy szał gier i zabaw. Nie samą pracą człowiek żyje. Przyjdź, zagraj, wygraj. Sala 3.08, **godz. 11.00-14.00.**

Sprintem po słowach… Trening mózgu, czyli kurs szybkiego czytania. Sala nr 3.08, **godz. 13.00.**

Igrzyska wiedzy - biblioteczny tor przeszkód. Przez książkę na przełaj. Wyszukaj, wypożycz, przeczytaj - zmierz się z samym sobą w bibliotecznych zawodach o tytuł Championa BUZ, godz. 11.00, 12.00, 13.00, 14.00.

Stadiony świata - prezentacja multimedialna

www.fn.uz.zgora.pl

PATRONAT HONOROWY: PARTNERZY: SPONSOR:

WSPÓŁPRACA: PATRONAT MEDIALNY: