



Sylabus 2017/2018														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu			Wychowanie Fizyczne			Grupa szczegółowych efektów kształcenia								
						Kod grupy				Nazwa grupy				
Wydział			Nauk o Zdrowiu											
Kierunek studiów			Dietetyka											
Specjalności														
Poziom studiów			jednolite magisterskie * I stopnia X II stopnia III stopnia podyplomowe											
Forma studiów			X stacjonarne niestacjonarne											
Rok studiów			1		Semestr studiów:			X zimowy letni						
Typ przedmiotu			X obowiązkowy ograniczonego wyboru wolny wybór/ fakultatywny											
Rodzaj przedmiotu			X kierunkowy podstawowy											
Język wykładowy			X polski angielski inny											
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:														
											30			
Semestr letni														
Razem w roku:														



										30			
Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) C1. Przekazanie wiedzy o planowaniu i realizacji zdrowego stylu życia. C2. Przygotowanie studentów do dbania o harmonijny rozwój organizmu, wzmacnianie układu ruchowego, stabilizację budowy ciała.													
Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:													
Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące i podsumowujące)	Forma zajęć dydaktycznych <i>** wpisz symbol</i>									
W 01	W23	Zna zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych.	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta	WF									
W 02		Wskazuje i objaśnia podstawy edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki											
W 03		Posiada wiedzę z zakresu podstaw edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia											
W 04		Posiada wiedzę z zakresu bezpieczeństwa i higieny na zajęciach sportowych											
W 05		Student posiada wiedzę związaną z wpływem ćwiczeń fizycznych na zdrowie i uświadamia sobie potrzebę zdrowego stylu życia											
U 01	U15	Potrafi w oparciu o znajomość fizjologii	Obserwacja bezpośrednia	WF									



U 02		wysiłku zaplanować i wdrożyć żywienie dostosowane do rodzaju uprawianej dyscypliny sportowej	aktywności i postaw studenta	
U 03		Student umie ocenić poziom cech motorycznych swoich i współwiczających		
U 04		Student potrafi zastosować odpowiedni dobór ćwiczeń do podniesienia sprawności fizycznej.		
U 05		Student umie kształtować cechy motoryczne (siłę , zwinność , wytrzymałość)		
		Student umie dobrać ćwiczenia w związku z założonym celem		
K 01	K01	Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów.	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta	WF
K 02	K03	Posiada umiejętność stałego dokształcania się.		
K 03	K09	Potrafi brać odpowiedzialność za działania własne i właściwie organizować pracę własną		
<p>** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM – ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ- praktyki zawodowe; SK – samokształcenie, EL- E-learning.</p>				



Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 5 Umiejętności: 5 Kompetencje społeczne: 3	
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	30
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	0
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	30
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	1
Uwagi	
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)	
Inne 1. Zajęcia organizacyjne, regulamin sali, przepisy BHP. Pomiary składu ciała, wypełnienie kwestionariuszy dotyczących stylu życia. 2. Piłka siatkowa - nauka odbić piłki oburącz i dołem. Gra szkolna. 3. Technika indywidualna - doskonalenie odbić piłki. Nauka zagrywki. Gra szkolna. 4. Koszykówka - Gry i zabawy oswajające z piłką koszykową. Nauka podań i przyjęć piłki 5. Tenis stołowy- przepisy gry, rywalizacja indywidualna i zespołowa 6. Badminton - ćwiczenia oswajające z rakieta i lotką. Podbijanie lotki. 7. Nauka elementów treningowych - uderzenia forhendem i bekhend. Nauka serwu 8. Badminton Doskonalenie elementów technicznych. Przepisy gry - gra na punkty 9. Futsal- Nauka prowadzenia piłki zewnątrzna częścią stopy. Przyjęcie piłki wewnętrzną częścią stopy oraz na udo, pierś, głowę. Gra szkolna. 10. Unihockey- zapoznanie z przepisami i zasadami gry w unihockey nauka podań, podstawowych elementów gry-gra szkolna. 11. Bodyball - ćwiczenia z użyciem dużych piłek terapeutycznych 12. Ćwiczenia z wykorzystaniem lasek gimnastycznych przy muzyce. 13. Aerobik TBC ćwiczenia z piłkami lekarskimi 14. Trening obwodowy jako metoda wzmacniania mięśni i poprawy ogólnej kondycji 15. Step aerobik - trening na platformie	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) 1. Billy Blanks - "Instrukcjonal Workout" Basic wyd. Amazon Muvies 2. Nelson A., Kokkonen J. "Anatomia stretchingu", Studio Astropsychologii 2010 3. Arlet T. 2001. Koszykówka – Podstawowe techniki i taktyki. 4. Kulgawczuk Roman "Nauczanie i uczenie się gry w siatkówkę Przykładowy zestaw zajęć na cały semestr." Wyd. ZWPiW Plewnia 2012 5. Nawara H. "Badminton" wyd. AWF Wrocław 2009	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje) 1. Corbin W.R., Welk K.A., 2006. Fitness i Welles- kondycja, sprawność, zdrowie. Wyd. Zysk i S-ka 2. Paweł Grycman, Władysław Szyngiera "Nowoczesne nauczanie i doskonalenie gry w piłkę nożną" wyd. Paweł Grycman 2016	



Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) Sala gimnastyczna, sprzęt sportowy, tarcze	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu) Brak przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zajęciach z wychowania fizycznego.	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres modułu/przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego i/lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny) Obecność na ćwiczeniach i wykonywania powierzonych zadań. Zaliczenie praktyczne , Opanowanie wiadomości i umiejętności z przedmiotu w stopniu umożliwiającym stosowanie ich w dalszych formach aktywności prozdrowotnej Testy czynnościowe kontrolujących postępy w zajęciach	
Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem,)
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu ul. Wojciecha z Brudzewa 12a , 51-601 Wrocław
tel.713486509 swf@umed.wroc.pl

Koordynator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

Dr Aureliusz Kosendiak tel. 71 348 65 09, e-mail: aureliusz.kosendiak@umed.wroc.pl

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć .

starszy wykładowca Mgr Wychowania Fizycznego Jerzy Dębski – ćwiczenia, starszy wykładowca
Mgr Jerzy Dębski , adiunkt - dr Aureliusz Kosendiak



Data opracowania sylabusa

.....

Sylabus opracował(a)

Dr Aureliusz Kosendiak, mgr Jerzy Dębski,
mgr Monika Liberska

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....