



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	Zdrowie Publiczne													
Specjalności														
Poziom studiów	jednolite magisterskie * I stopnia X II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	x stacjonarne niestacjonarne													
Rok studiów	I					Semestr studiów:2		zimowy X letni						
Typ przedmiotu	X obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	kierunkowy X 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:														
Semestr letni														
											30			
Razem w roku:														



(udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	
1. Godziny kontaktowe:	30
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	0
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	30
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	1,0
Uwagi	Zaliczenie
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)	
Wykłady 1. 2. 3.	
Inne 1.Bodyball - ćwiczenia z użyciem dużych piłek terapeutycznych 2.Ćwiczenia z wykorzystaniem lasek gimnastycznych przy muzyce. 3.Zabawy i gry ruchowe jako forma integracji i rozwijania sprawności fizycznej 4.Piłka siatkowa - nauka odbić piłki oburącz i dołem. Gra szkolna. 5.Technika indywidualna - doskonalenie odbić piłki. Nauka zagrywki. Gra szkolna. 6.Koszykówka -Gry i zabawy oswojające z piłką koszykową. Nauka podań i przyjęć piłki 7.Tenis stołowy- przepisy gry, rywalizacja indywidualna i zespołowa 8.Badminton - ćwiczenia oswojające z raketką i lotką. Podbijanie lotki. 9.Aerobik TBC ćwiczenia z piłkami lekarskimi 10.Trening obwodowy jako metoda wzmacniania mięśni i poprawy ogólnej kondycji 11.Nordic walking. Zasady doboru kijków, nauka techniki podstawowej. 12.Zasady prowadzenia rozgrzewki w nordic walking. Praca ramion i nóg w technice podstawowej 13.Ćwiczenia siłowe w nordic walking - indywidualne i ze współwiczającym - zabawy z kijkami. 14.Zabawy i gry terenowe 15. Pomiary składu ciała, wypełnienie kwestionariuszy dotyczących stylu życia.	
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. Sławomir Owczarek, rok wydania 2009, oprawa Miękka, wydawnictwo: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne 4.A. Wilanowski "Nordic Walking dla każdego" wyd. Bukowy Las 2014 5.Klaus Schwanbeck "Nordic Walking. I o to chodzi!" wyd Helion S.A. 2013	
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. Zys i S-ka 2.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	
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	
Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem,)
Bardzo dobry (5,0)	
Ponad dobry (4,5)	
Dobry (4,0)	
Dość dobry (3,5)	
Dostateczny (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

Koordinator / 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 , adiunkt - dr Aureliusz Kosendiak

Data opracowania sylabusu

Sylabus opracował(a)

.....

Dr Aureliusz Kosendiak, mgr Jerzy Dębski,
mgr Monika Liberska



UNIwersytet Medyczny
IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCLAWIU

Załącznik nr 5
do Uchwały Senatu Uniwersytetu Medycznego
we Wrocławiu nr 1630
z dnia 30 marca 2016 r.

Podpis Dziekana właściwego Wydziału

.....