



Sylabus 2018/2019														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Wychowanie Fizyczne 1								Grupa szczegółowych efektów kształcenia					
									Kod grupy	Nazwa grupy				
Wydział	Nauk o Zdrowiu													
Kierunek studiów	dietetyka													
Specjalności														
Poziom studiów	jednolite magisterskie * I stopnia II stopnia X III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	X stacjonarne niestacjonarne													
Rok studiów	I							Semestr studiów:	X zimowy letni					
Typ przedmiotu	X obowiązkowy 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:														
											30			
Semestr letni														
Razem w roku:														



										30			

Cele kształcenia: (max. 6 pozycji)
C1. Kształtowanie świadomej postawy wobec kultury fizycznej
C2. Doskonalenie umiejętności współpracy w zespole.
C3. Kształtowanie charakteru i pożądaných postaw w działaniu zarówno indywidualnym i zespołowym – przez integrację grup studenckich

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>
U 01	K_U13	Potrafi zaplanować i realizować kompleksowe postępowanie obejmujące żywienie, aktywność fizyczną i styl życia dla osób z nadwagą lub otyłością.	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta	WF
K 01	K_K01	Posiada świadomość ograniczeń swojej wiedzy i umiejętności. Wie kiedy skorzystać z porady innego specjalisty.	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta	WF
K02	K_K02	Kontynuuje naukę przez całe życie zawodowe w celu stałego uaktualniania wiedzy i umiejętności zawodowych.	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta	WF

****** 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.

Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw:
Wiedza: 0
Umiejętności: 1
Kompetencje społeczne: 2

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):	



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)	
Wykłady 1. 2. 3.	
Seminaria 1. 2. 3.	
Ćwiczenia 1. 2. 3.	
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 oswojające z piłką koszykową. Nauka podań i przyjęć piłki 5. Tenis stołowy- przepisy gry, rywalizacja indywidualna i zespołowa 6. Badminton - ćwiczenia oswojające z raketką i lotką. Podbijanie lotki. 7. Nauka elementów treningowych - uderzenia forhendem i bekhend. Nauka serwu 8. Badminton –organizacja turnieju , rywalizacja 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. Badminton –organizacja turnieju , rywalizacja 12. Bodyball - ćwiczenia z użyciem dużych piłek terapeutycznych 13. Trening obwodowy jako metoda wzmacniania mięśni i poprawy ogólnej kondycji 14. Step aerobik - trening na platformie 15. Trening oporowy na różne partie mięśniowe na siłowni.	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) 1. 1. M. Hillebrecht, A. Jordon "Fitnes z piłką. Ruch to życie, życie to ruch" wyd ABA 2015 2. L. Kuba, M.Paruzel-Dyja "fitness. Nowoczesne formy gimnastyki. Podstawy teoretyczne" Katowice 2013 3. Mazur S., Szuppe W., Woluch J. "Piłka siatkowa. Systematyka ćwiczeń i metodyka nauczania techniki gry". AWF Warszawa.	



4. Sławomir Owczarek, rok wydania 2009, oprawa Miękka, wydawnictwo: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)	
1. Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń. Grzegorz Grządziel, Władimir J. Ljach	
2. Nawara Henryk. Badminton Wydawnictwo AWF Wrocław 209	
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...)	
Sala gimnastyczna, laski gimnastyczne, skakanki, drabinki gimnastyczne, przybory i przyrządy sportowe, sala sportowa, piłki, siatka	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu)	
Brak przeciwwskazań zdrowotnych do zajęć sportowych	
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 i aktywny (czynny, dynamiczny, energiczny, pełny inicjatyw, pracowity, ruchliwy, przebojowy) udział 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

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 sylabusa

Sylabus opracował(a)

.....

Dr Aureliusz Kosendiak, mgr Jerzy Dębski,
mgr Monika Liberska

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....