



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	Fizjoterapia													
Specjalności	-													
Poziom studiów	<u>jednolite magisterskie X *</u> I stopnia II stopnia III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	X <u>stacjonarne</u> niestacjonarne													
Rok studiów	1						Semestr studiów: 2		letni					
Typ przedmiotu	X <u>obowiązkowy</u> ograniczonego wyboru wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	kierunkowy													
Język wykładowy	X <u>polski</u> angielski inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe -	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)
<b>Semestr zimowy:</b>														
<b>Semestr letni</b>														
											15			
<b>Razem w roku:15</b>														





		prezentuje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną; potrafi ostrzec przed zagrożeniami zdrowotnymi		
<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>				
<p>Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 1 Umiejętności: 3 Kompetencje społeczne: 3</p>				
<b>Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):</b>				
<b>Forma nakładu pracy studenta</b> (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)			<b>Obciążenie studenta (h)</b>	
1. Godziny kontaktowe:			15	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):				
Sumaryczne obciążenie pracy ta:			15	
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiotu</b>			0,5	
Uwagi			Zal/oc	
<p><b>Treść zajęć:</b> (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)</p>				
<p><b>Wykłady</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>				
<p><b>Seminaria</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>				
<p><b>Ćwiczenia</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>				
<p><b>Inne</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zajęcia organizacyjne, pomiary składu ciała, wypełnienie kwestionariuszy związanych ze stylem życia.</li> <li>2. Nordic walking jako forma aktywności ruchowej w profilaktyce zdrowotnej- nauka techniki, zabawy z kijkami, ćwiczenia oporowe z wykorzystaniem kijków.</li> <li>3. Ćwiczenia ogólnousprawniające z wykorzystaniem piłek rehabilitacyjnych, stepów, TRX.</li> <li>4. Wprowadzenie do zagadnień związanych z charakterystyką gry w badmintona- ćwiczenia oswajające z raketką i lotką, nauka trzymania raketki- uchwyt forhendowy</li> </ol>				



<p>i bekhendowy. Gra indywidualna i deblowa.</p> <p>5. Elementy techniki i współdziałania w grupie podczas zespołowych gier sportowych- unihockey, siatkówka, koszykówka, futsal, kwadrant.</p> <p>6. Tenis stołowy jako jedna z form zagospodarowania czasu wolnego- znajomość podstawowych przepisów gry, rywalizacja indywidualna i grupowa.</p> <p>7. Ćwiczenia rozciągające zwiększające ruchomość w stawach obręczy biodrowej i kończyn dolnych. Rolowanie. Zaliczenie semestru.</p>	
<p><b>Literatura podstawowa:</b> (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)</p> <p>1. Wilanowski A. (2014) Nordic Walking dla każdego, Wydawnictwo Bukowy Las</p> <p>2. Kulgawczuk R. (2012) Nauczanie i uczenie się gry w siatkówkę. Przykładowy zestaw zajęć na cały semestr, Wydawnictwo ZWPiW Plevnia</p> <p>3. Kałużny K. (2010) Unihokej: zabawy i gry ruchowe, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego.</p> <p><b>Literatura uzupełniająca i inne pomoce:</b> (nie więcej niż 3 pozycje)</p> <p>1. Sieniek Cz. (2008) Zabawy ruchowe w nauczaniu sportowych gier zespołowych, Pracownia Wydawnicza HELVETICA</p> <p>2. Superlak E. (2008) Dyspozycje osobnicze a umiejętności działania w grze zespołowej (na przykładzie gry w piłkę siatkową), Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, Wrocław.</p> <p>3. Nawara H. (2009) Badminton, Wydawnictwo AWF Wrocław</p>	
<p><b>Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:</b> (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...)</p> <p>hala sportowa, siatka do badmintona oraz do siatkówki, piłki, przybory sportowe, laski gimnastyczne, TRX, stopy, rakietki do gry w badmintona i tenisa stołowego, lotki, sprzęt do unihockeya, kijki do Nordic walking.</p>	
<p><b>Warunki wstępne:</b> (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu)</p> <p>Brak przeciwwskazań zdrowotnych o uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego</p>	
<p><b>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu:</b> (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)</p>	
<b>Ocena:</b>	<b>Kryteria oceny:</b> (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem, )
Bardzo dobra (5,0)	Bardzo dobrze umie pokazać technikę wykonania ćwiczenia i asekuracji. Bardzo dobrze zna cele i zadania kultury fizycznej
Ponad dobra (4,5)	Potrafi dobrze umie zastosować w praktyce wiedzę niezbędną do zachowania aktywności fizycznej człowieka. Umie też w stopniu ponad dobrym pokazać poprawna technikę ćwiczenia. Ma świadomość konieczności podnoszenia swych umiejętności w celu ciągłego rozwoju
Dobra (4,0)	Dobrze potrafi wykonać ćwiczenie, dobrze poprowadzi rozgrzewkę przy wykorzystaniu nowoczesnych technik. Rozwija własne upodobania sportowe. Uczestniczy w życiu sportowym korzystając z różnych jego form
Dość dobra (3,5)	Dość dobrze umie pokazać technikę wykonania ćwiczenia i asekuracji w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych
Dostateczna	Zna technikę wykonania ćwiczeń w stopniu podstawowym. Ma świadomość



(3,0)	własnych ograniczeń.
-------	----------------------

**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. 71 3486509 [swf@umed.wroc.pl](mailto: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](mailto: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 Wychowania Fizycznego mgr Jerzy Dębski – ćwiczenia, starszy wykładowca Wychowania Fizycznego mgr Monika Liberska- ćwiczenia, wykładowca Wychowania Fizycznego mgr Anna Hajdas- ćwiczenia, adiunkt - dr Aureliusz Kosendiak- ćwiczenia.

**Data opracowania sylabusa**

.....

**Sylabus opracowali**

dr Aureliusz Kosendiak  
mgr Jerzy Dębski  
mgr Monika Liberska  
mgr Anna Hajdas

**Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia**

.....

**Podpis Dziekana właściwego wydziału**

.....