



Sylabus 2018/2019														
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:	X zimowy 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:														
											30			
Semestr letni														
Razem w roku:														



1. Godziny kontaktowe:	30
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	20
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	50
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	2,0
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. 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 raketką i lotką. Podbijanie lotki. 7. Nauka elementów treningowych - uderzenia forhendem i bekhendem. Nauka serwu 8. Badminton Doskonalenie elementów technicznych. Przepisy gry - gra na punkty 9. Futsal- Nauka prowadzenia piłki zewnątrzna częścią stopy. Przyjęcie piłki wewnątrzna 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	
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	
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

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego Wydziału

.....