



Sylabus											cykl kształcenia 2018-20				
Opis przedmiotu kształcenia															
Nazwa modułu/przedmiotu	18. Fitnes 2										Grupa szczegółowych efektów kształcenia				
											Kod grupy		Nazwa grupy		
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu														
Kierunek studiów	Fizjoterapia														
Specjalności															
Poziom studiów	jednolite magisterskie <input type="checkbox"/> * I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia X III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>														
Forma studiów	X stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne														
Rok studiów	2										Semestr studiów: 4		<input type="checkbox"/> zimowy X letni		
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy X ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolny wybór/ fakultatywny														
Rodzaj przedmiotu	X kierunkowy <input type="checkbox"/> podstawowy														
Język wykładowy	X polski <input type="checkbox"/> angielski <input type="checkbox"/> inny														
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając <input type="checkbox"/> 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															
											15				
Razem w roku:															



											15			
Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) Przygotowanie studentów do dbania o harmonijny rozwój organizmu. C2. Przekazanie wiedzy o planowaniu i realizacji zdrowego stylu życia. C3. Motywacja do podejmowania aktywności ruchowej w celach zdrowotnych. C4. Doskonalenie umiejętności współpracy w grupie. C5. Wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności koniecznych do uczestnictwa w wybranych formach aktywności fizycznej.														
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	K_W04	Rozumie i analizuje wybrane procesy psychospołeczne ważne dla ochrony zdrowia i kultury fizycznej w aspekcie filozoficznym, etycznym, biomedycznymi ekonomicznym.	-obserwacja studenta podczas pracy - dyskusja	WF										
W 02	K_W06	Zna zasady oceny stylu życia i wybranych modeli prozdrowotnych oraz rozumie uwarunkowania kulturowe i środowiskowe problemów jednostek i grup społecznych	- obserwacja studenta podczas pracy - dyskusja	WF										
U 01	K_U09	Umie wykorzystywać aspekty wychowawcze promocji zdrowia i aktywności fizycznej w profilaktyce wykluczenia i patologii społecznych	- obserwacja studenta podczas pracy - dyskusja	WF										
U 02	K_U10	Posiada zaawansowane umiejętności organizowania i realizowania zajęć rekreacyjno-sportowych i prozdrowotnych dla	-prezentacja umiejętności przez studenta - obserwacja pracy studenta	WF										



		różnych grup społecznych		
K 01	K_K09	Przejawia postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną	-obserwacja 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: 3 Umiejętności: 4 Kompetencje społeczne: 4				
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS): 0,5				
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)			Obciążenie studenta (h)	
1. Godziny kontaktowe:			15	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):				
Sumaryczne obciążenie pracy studenta				
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu			0,5	
Uwagi			za/oc	
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)				
Wykłady				
Seminaria				
Ćwiczenia				
Inne				
<ol style="list-style-type: none">1. Zapoznanie z różnymi rodzajami gier i zabaw ruchowych.2. Poznawanie gier i zabaw ruchowych uczących współpracy z partnerem i w grupie.3. Poznawanie gier i zabaw ruchowych uwrażliwiających zmysł słuchu i dotyku oraz wyłączaających zmysł wzroku.4. Poznawanie gier i zabaw ruchowych z wykorzystaniem muzyki.5. Poznawanie gier i zabaw ruchowych rozwijających zdolności koordynacyjne.6. Poznawanie gier i zabaw ruchowych z elementem rywalizacji i bez rywalizacji z wykorzystaniem materacy.7. Poznawanie gier i zabaw ruchowych wykorzystujących przybory nietypowe (balony, płachta, plastikowe butelki itp.)8. Przeprowadzanie indywidualnie gier i zabaw ruchowych.9. Wprowadzenie oraz zapoznanie z wybranymi dyscyplinami sportu osób niepełnosprawnych.10. Projektowanie programu wybranych aktywności fizycznych i rekreacyjnych dla wybranych grup pod względem płci, wieku oraz dysfunkcji z uwzględnieniem aktywności osób niepełnosprawnych.				



11. Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej dzieci i dorosłych. .
12. Doskonalenie umiejętności gry w tenisa stołowego.
13. Zapoznanie z systemem aktywności nordic-walking.
14. Zapoznanie z metodyką treningu obwodowego.
15. Prowadzenie zajęć z zakresu wybranej formy aktywności fizycznej

Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)

1. Wysocka A. Gry i zabawy w wychowaniu fizycznym i rekreacji ruchowej, Białystok 2010
2. Łatyszkiewicz L., Worobjew M., Chromajew Z. Piłka ręczna, koszykówka, piłka siatkowa. Warszawa 1999
3. Strugarek J. Plenerowe i halowe gry rekreacyjne. Poznań 2009.

Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)

1. Bondarowicz M, Staniszewski T. (2001) Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych, AWF Warszawa

Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...)

Urządzenie pomiarowe Tanita, sala sportowa, projektor, ekran, siłownia, przyrządy i przybory sportowe, piłki lekarskie, taśmy rehabilitacyjne, stopy, mini bands, sztangi, fitball, piłki do Goalchy, kijki nordic walking, piłki do gier zespołowych itp.

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)

1. Obecność na zajęciach.
2. Aktywny udział w zajęciach.
3. Uczestnictwo w badaniach składu ciała oraz wypełnienie kwestionariusza zdrowego stylu życia.

Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem,)
Bardzo dobra (5,0)	Student bardzo dobrze współpracuje w grupie. Bardzo dobrze zna zasady asekuracji. Prezentuje wzorową postawę odnośnie zachowywania zasad bezpieczeństwa. Chętnie i aktywnie oraz w prawidłowy sposób wykonuje ćwiczenia. Bardzo dobrze radzi sobie z obsługą analizatora masy ciała oraz właściwie dokonuje analizy wyników.
Ponad dobra (4,5)	Student dobrze współpracuje w grupie. Zna zasady asekuracji. Prezentuje właściwą postawę odnośnie zachowywania zasad bezpieczeństwa. Chętnie i aktywnie oraz w prawidłowy sposób wykonuje ćwiczenia. Dobrze radzi sobie z obsługą analizatora masy ciała oraz właściwie dokonuje analizy wyników.
Dobra (4,0)	Student dobrze współpracuje w grupie. Zna zasady asekuracji. Prezentuje właściwą postawę odnośnie zachowywania zasad bezpieczeństwa. Wykonuje



	ćwiczenia popełniając drobne błędy w technice. Z pomocą prowadzącego radzi sobie z obsługą analizatora masy ciała oraz właściwie dokonuje analizy wyników.
Dość dobra (3,5)	Student wystarczająco dobrze współpracuje w grupie. Zna podstawowe zasady asekuracji. Prezentuje właściwą postawę odnośnie zachowywania zasad bezpieczeństwa. Wykonuje ćwiczenia popełniając istotne błędy w technice. Z pomocą prowadzącego radzi sobie z obsługą analizatora masy ciała oraz potrzebuje wsparcia merytorycznego przy analizie wyników.
Dostateczna (3,0)	Student mało chętnie współpracuje w grupie. Zna najprostsze zasady asekuracji. Nie prezentuje właściwej postawy odnośnie zachowywania zasad bezpieczeństwa. Niezbyt chętnie wykonuje ćwiczenia popełniając istotne błędy w technice. Z pomocą prowadzącego radzi sobie z obsługą analizatora masy ciała oraz potrzebuje wsparcia merytorycznego przy analizie wyników.

Nawa jednostki prowadzącej przedmiot:	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu
Adres jednostki	ul. Wojciecha z Brudzewa 12a, 51-601 Wrocław
Nr telefonu	tel. 71 348 65 09
E-mail	swf@umed.wroc.pl

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	dr Aureliusz Kosendiak
Nr telefonu	tel. 71 3486509
E-mail	aureliusz.kosendiak@umed.wroc.pl

<i>Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:</i>	<i>stopień/tytuł naukowy lub zawodowy</i>	<i>dziedzina naukowa</i>	<i>Wykonywany zawód</i>	<i>Forma prowadzenia zajęć</i>
Gabriela Jednorat	Dr nauk o kulturze fizycznej	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	zajęcia wychowania fizycznego
Marek Mikula	Mgr fizjoterapii	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	zajęcia wychowania fizycznego
Sara Bajura	Mgr fizjoterapii	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	zajęcia wychowania fizycznego
Emilia Kozłowska	Mgr inż. Dietetyki	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	zajęcia wychowania fizycznego
Aureliusz Kosendiak	Dr nauk o kulturze fizycznej	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	zajęcia wychowania fizycznego



Data opracowania sylabusa

30 . 09. 2019r.

.....

Sylabus opracował(a)

.....

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....