



Sylabus 2020/2021														
Opis przedmiotu kształcenia 2018-2023														
Nazwa modułu/przedmiotu	Wychowanie Fizyczne								Grupa szczegółowych efektów kształcenia					
									Kod grupy	Nazwa grupy Moduł nauk ogólnych				
Wydział	Nauk o Zdrowiu													
Kierunek studiów	Fizjoterapia													
Specjalności	Nie dotyczy													
Poziom studiów	jednolite magisterskie X * I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>													
Forma studiów	X stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne													
Rok studiów	3							Semestr studiów:	<input type="checkbox"/> zimowy <input type="checkbox"/> i <input checked="" type="checkbox"/> letni <input type="checkbox"/> lub					
Typ przedmiotu	X obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	<input type="checkbox"/> kierunkowy X 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 audytorialne (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:														
Studium Wychowania Fizycznego i Sportu														
Semestr letni:														
											15			
Razem w roku:														



											15			
Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) C1. Kształtowanie świadomej postawy wobec kultury fizycznej C2. Przekazanie wiedzy o planowaniu i realizacji zdrowego stylu życia. C3. Zwiększanie świadomości na temat roli aktywności ruchowej dla zdrowia														
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	F.W6	zna i rozumie podstawy edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia oraz profilaktyki z uwzględnieniem zjawiska niepełnosprawności;	Prezentacja	WF/ EL										
W 02	F.W14	zna i rozumie zasady promocji zdrowia, jej zadania oraz rolę fizjoterapeuty w propagowaniu zdrowego stylu życia;	Prezentacja	WF/ EL										
U 01	F.U4	potrafi wykazać specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej;	Prezentacja	WF/ EL										
** 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: 2														
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):														
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												15		
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu												0		
Uwagi														
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając,														



aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)
Wychowanie fizyczne <ol style="list-style-type: none">1. Marszobieg – trening interwałowy.2. Trening tabaty.3. Trening AMRAP (trening crossfit).4. Trening metod relaksacyjnych.5. Trening EMOM (trening crossfit).6. Trening obwodowy.7. Hi-low aerobik.8. Kwestionariusze stylu życia
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) <ol style="list-style-type: none">1. A. Wilanowski "Nordic Walking dla każdego" wyd. Bukowy Las 20142. Nelson A.,Kokkonen J."Anatomia stretchingu", Studio Astropsychologii 20103. Rippetoe M., Programowanie Treningu Siłowego, wyd. Galakta 2019.
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: <p>Urządzenie elektroniczne (np. komputer, tablet, telefon komórkowy), dostęp do Internetu, Stoper, przestrzeń do ćwiczeń ok. 2m²</p>
Warunki wstępne: <p>Brak przeciwwskazań zdrowotnych do podejmowania aktywności fizycznej</p>
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: <ol style="list-style-type: none">1. Wykonanie wszystkich prac domowych w formie elektronicznej2. Przesyłanie wykonanych zadań systematycznie i w wyznaczonym terminie.3. Każda nieobecność musi być odrobiona, łącznie z dniami rektorskimi i godzinami dziekańskimi4. Raport wykonanych ćwiczeń oraz przedstawienie subiektywnej samooceny studenta.5. Wykonanie prezentacji według kryteriów: <p>1.Pozyskiwanie i dobór informacji: 3pkt: Dobiera liczne (5-10) wiarygodne źródła (artykuły naukowe, oficjalne strony internetowe organizacji/ stowarzyszeń/książki akademickie. Wybiera aktualny materiał źródłowy 2pkt: Dobiera wiarygodne źródła (ok 5 pozycji) . Wybiera aktualny materiał źródłowy 1pkt: Dobiera przypadkowy materiał/korzysta z popularnych źródeł internetowych (poniżej 5 pozycji) . Wybiera materiał mało aktualny 0pkt: Nie realizuje zadania</p> <p>2.Sposób opracowania tematu na podstawie źródeł: 3pkt: Przygotowuje bardzo rzetelną informację tematyczną, na podstawie zgromadzonych źródeł; przedstawia ją w sposób interesujący słuchaczom, wykorzystuje ciekawe rozwiązania techniczne. 2pkt: Przygotowuje poprawną informację tematyczną, na podstawie zgromadzonych źródeł, przedstawia ją słuchaczom, wykorzystuje standardowe rozwiązania techniczne 1pkt: Przygotowuje małowartościową informację tematyczną, na podstawie zgromadzonych źródeł, nie wzbudza zainteresowania słuchaczy, wykorzystuje najprostsze rozwiązania. 0pkt: Nie realizuje zadania</p> <p>3.Zgodność z zasadami przygotowania prezentacji multimedialnej: 3pkt: Prezentacja w pełni zgodna z metodyką przygotowywania prezentacji 2pkt: Prezentacja zawiera nieliczne błędy metodyczne. 1pkt: Prezentacja w wielu aspektach niezgodna z metodyką przygotowywania prezentacji. 0pkt: Nie realizuje zadania</p>



4. Analiza pozyskanych informacji:

3pkt: Bardzo rzetelnie analizuje informacje pozyskane na podstawie pracy własnej i źródeł.

2pkt: Poprawnie analizuje informacje pozyskane na podstawie pracy własnej i źródeł.

1pkt: Ma problemy z analizowaniem informacji pozyskanych na podstawie pracy własnej i źródeł..

0pkt: Nie realizuje zadania

Kryteria zaliczenia prezentacji (w punktach):

zal: 8-12pkt

nzal: 0-7pkt

Ocena:	Kryteria oceny zaliczenia przedmiotu
Bardzo dobra (5,0)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z precyzją, wykazanie się bardzo dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji. Wykonanie prezentacji zaliczeniowej na 12 punktów.
Ponad dobra (4,5)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z precyzją, wykazanie się ponad dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji. Wykonanie prezentacji zaliczeniowej na 11 punktów.
Dobra (4,0)	Wykonanie z małymi błędami wszystkich wyznaczonych zadań, wykazanie się dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji. Wykonanie prezentacji zaliczeniowej na 10 punktów.
Dość dobra (3,5)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z małymi brakami i błędami, wykazanie się dostateczną znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji. Wykonanie prezentacji zaliczeniowej na 9 punktów.
Dostateczna (3,0)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z dużymi brakami, wykazanie się dostateczną znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji. Wykonanie prezentacji zaliczeniowej na 8 punktów.

Nawa jednostki prowadzącej przedmiot:	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu
Adres jednostki	ul. Wojciecha z Brudzewa 12a , 51-601 Wrocław
Nr telefonu	tel.713486509
E-mail	swf@umed.wroc.pl
Osoba odpowiedzialna za przedmiot (koordynator):	dr Aureliusz Kosendiak
Numer telefonu:	tel. 71 3486509
E-mail:	aureliusz.kosendiak@umed.wroc.pl
Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:	



Imię i nazwisko:	Stopień / tytuł naukowy lub zawodowy:	Dyscyplina naukowa:	Wykonywany zawód:	Forma prowadzenia zajęć:
Marek Mikula	Mgr fizjoterapii	Nauki o kulturze fizycznej	Nauczyciel akademicki	WF
Sara Bajura	Mgr fizjoterapii	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF
Aureliusz Kosendiak	Dr nauk o kulturze fizycznej	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF
Paweł Marszałek	Mgr wychowania fizycznego	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF
Adrian Drożdżowski	Mgr wychowania fizycznego	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF
Jakub Kucharski	Mgr sportu	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF
Jerzy Dębski	Mgr wychowania fizycznego	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	WF

Data opracowania sylabusu

Sylabus opracował(a)

.....

.....

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....