



Sylabus na rok akademicki: 2020/2021														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Moduł nauk ogólnych z językiem obcym / Wychowanie Fizyczne 4							Grupa szczegółowych efektów kształcenia						
								Kod grupy		Nazwa grupy				
Wydział	Nauk o zdrowiu													
Kierunek studiów	Fizjoterapia													
Jednostka realizująca przedmiot	Studium wychowania fizycznego i sportu													
Specjalność														
Poziom studiów	jednolite magisterskie <input checked="" type="checkbox"/> 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	4						Semestr studiów:	X zimowy <input type="checkbox"/> letni						
Typ przedmiotu	X obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input type="checkbox"/> wolnego wyboru/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	X kierunkowy 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														
	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:														
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)														
Kształcenie zdalne synchroniczne														

Kształcenie zdalne asynchroniczne																					15
<b>Semestr letni:</b>																					
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)																					
Kształcenie zdalne synchroniczne																					
Kształcenie zdalne asynchroniczne																					
<b>Razem w roku:</b>																					
Kształcenie bezpośrednie (kontaktowe)																					
Kształcenie zdalne synchroniczne																					
Kształcenie zdalne asynchroniczne																					15
<b>Cele kształcenia:</b>																					
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																					
<b>Macierz efektów uczenia się dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:</b>																					
Numer efektu uczenia się przedmiotowego	Numer efektu uczenia się kierunkowego	Student, który zaliczył moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się	Forma zajęć dydaktycznych																	
W 01	F.W6	zna i rozumie podstawy edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia oraz profilaktyki z uwzględnieniem zjawiska niepełnosprawności;	Krótką pracą pisemną	WF/ EL																	
W 02	F.W14	zna i rozumie zasady promocji zdrowia, jej zadania oraz rolę fizjoterapeuty w propagowaniu zdrowego stylu życia;	Praca pisemna/ prezentacja	WF/ EL																	
U 01	F.U19	potrafi wykazać specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej;	Ocena aktywności studenta/ Praca pisemna	WF/ EL																	
K 01	F. K10	Dbą o poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do wykonywania zadań właściwych w	Ocena aktywności studenta/	WF/ EL																	

		działalności zawodowej fizjoterapeuty; prezentuje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną; potrafi ostrzec przed zagrożeniami zdrowotnymi	Praca pisemna	
<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: 0  Umiejętności: 3  Kompetencje społeczne: 4</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:				
2. Godziny w kształceniu zdalnym (e-learning)			15	
3. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):				
Sumaryczne obciążenie pracy studenta			15	
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiot</b>			0	
Uwagi			Zal/oc	
<b>Treść zajęć:</b>				
<b>Wykłady</b>				
<b>Seminaria</b>				
<b>Ćwiczenia</b>				
<b>Inne</b>				
1. Rola aktywności fizycznej i rekreacji ruchowej w życiu człowieka. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zajęcia organizacyjne, kwestionariusz stylu życia</li> <li>2. Marszobiegi – trening interwałowy.</li> <li>3. Trening tabaty</li> <li>4. Trening AMRAP (trening crossfit).</li> <li>5. Trening metod relaksacyjnych.</li> <li>6. Trening EMOM (trening crossfit).</li> <li>7. Trening obwodowy.</li> <li>8. Hi-low aerobik.</li> </ol>				
<b>Literatura podstawowa:</b> (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)				
1. Rippetoe M., Programowanie Treningu Siłowego, wyd. Galakta 2019.				
2. Kulmatycki J., Stres Joga Relaksacja. Podręcznik ćwiczeń, wyd. Wacław Bagiński i Synowie 1993.				
3. L. Kuba, M. Paruzel-Dyja, fitness. Nowoczesne formy gimnastyki. Podstawy teoretyczne, Katowice 2013. <b>Literatura uzupełniająca i inne pomoce:</b> (nie więcej niż 3 pozycje)				
1. Chodinow W. Rola wypoczynku w treningu obwodowym. Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society. 2017;3:360-364.				
2. Magiera L. Walaszek R. Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Kraków, Polska:				

Biosport; 2003.	
<b>Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:</b> Urządzenie elektroniczne (np. komputer, tablet, telefon komórkowy), dostęp do Internetu, Stoper, przestrzeń do ćwiczeń ok. 2m <sup>2</sup>	
<b>Warunki wstępne:</b> Brak przeciwwskazań do wykonywania aktywności fizycznej	
<b>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu:</b> Wykonanie prac domowych w formie elektronicznej, systematyczne i w wyznaczonym terminie. Każda nieobecność musi być odrobiona, łącznie z dniami rektorskimi i godzinami dziekańskimi.	
<b>Ocena:</b>	<b>Kryteria zaliczenia przedmiotu na ocenę:</b>
Bardzo dobra (5,0)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z precyzją, wykazanie się bardzo dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji.
Ponad dobra (4,5)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z precyzją, wykazanie się ponad dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji.
Dobra (4,0)	Wykonanie z małymi błędami wszystkich wyznaczonych zadań, wykazanie się dobrą znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji.
Dość dobra (3,5)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z małymi brakami i błędami, wykazanie się dostateczną znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji.
Dostateczna (3,0)	Wykonanie wszystkich wyznaczonych zadań z dużymi brakami, wykazanie się dostateczną znajomością zadanego tematu realizowanego w prezentacji.
	<b>Kryteria zaliczenia przedmiotu na zaliczenie (bez oceny)</b>
zaliczenie	Wykonanie prac domowych w formie elektronicznej, systematyczne i w wyznaczonym terminie. Każda nieobecność musi być odrobiona, łącznie z dniami rektorskimi i godzinami dziekańskimi

<b>Ocena:</b>	<b>Kryteria oceny z egzaminu:</b>
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	

Dostateczna (3,0)	
----------------------	--

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

Osoba odpowiedzialna za przedmiot (koordynator):	<b>Mgr Jakub Kucharski</b>
Numer telefonu:	<b>tel. 71 3486509</b>
E-mail:	<b>Jakub.kucharski@umed.wroc.pl</b>

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

Data opracowania sylabusa

Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusa:

01.10.2020

mgr Jakub Kucharski

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana wydziału zlecającego przedmiot:

.....